



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTONOMA DE MEXICO

CAMPUS IZTACALA

ORIENTACION PARA MEJORAR LA COMUNICACION
FAMILIAR ENTRE PADRES CON HIJOS
ADOLESCENTES.

TESIS EMPIRICA
QUE PARA OBTENER EL GRADO DE:
LICENCIADO EN PSICOLOGIA

PRESENTAN:

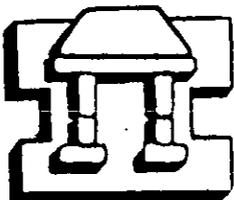
FABIOLA YASMIN ESPINOSA PATIÑO
ANGELICA MARBEYA MARTINEZ ALAMILLA

COMISION DICTAMINADORA:
DIRECTORA:

LIC. AURORA ALEJO HERRERA

SINODALES:

LIC. MA. DE JESUS RODRIGUEZ ZAFRA
MTRA. ARACELI SILVERIO CORTES



IZTACALA

TLALNEPANTLA, EDO. DE MEX. 2000



237446



Universidad Nacional
Autónoma de México



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

JUVENTUD

La juventud es algo más que una etapa de la vida. Es una actitud mental frente a ella. Ser joven es tener temple en la voluntad, calidad y altura en la imaginación y vigor en las emociones.

Sólo seremos viejos cuando hayamos perdido nuestros ideales.

Seremos jóvenes en la medida de nuestra fe, de la confianza en nosotros mismos, y en tanto la esperanza aliente nuestro ánimo.

Mientras nuestro corazón sea capaz de recibir mensajes de belleza, de alegría y de entusiasmo, seguiremos siendo jóvenes.

Sólo habremos envejecido si al corazón lo cubren las nieves del escepticismo y los hielos de la derrota.

Douglas MacArthur.

AGRADECIMIENTOS

A DIOS por permitirme vivir en éste siglo y darme la dicha de tener una familia tan especial que no cambiaría por nada y por acompañarme siempre en cada paso que doy.

A MIS ABUELITOS: ALBERTO Y ENRIQUETA que aunque ya no están físicamente conmigo, vivirán para siempre en mi corazón.

ESTELA por sus innumerables consejos y por ese gran amor que siempre me ha demostrado.

A MIS PADRES : FRANCISCO JAVIER Y BLANCA ESTELA por ser los mejores padres y amigos del mundo y porque con su ejemplo me han demostrado que existe por lo menos una familia ideal! la mía.

Gracias por apoyarme incondicionalmente en todas mis metas y por estar ahí siempre que los necesito.

A MIS HERMANOS: JESSICA, JAVIER Y HUGO porque con ellos jugué, crecí y madure hasta convertirme en lo que ahora soy. No olviden que los quiero mucho.

A TODOS MIS TIOS Y PRIMOS pero muy en especial a mi tía Araceli, por ser como mi segunda mamá y por quererme como a uno más de sus hijos.

A MI PAREJA: ARTURO por ser el mayor estímulo que tengo para seguir superándome día con día y porque sin él mi vida no sería la misma. Te amo.

A MIS AMIGAS: SONIA, IVONNE, CLAUDIA, OLIVIA, ANGELICA Y REBECA por haber sido mis cómplices a lo largo de varios años de amistad durante y aún después de mi etapa estudiantil.

A TODOS LOS PROFESORES que me dieron las bases para una integral formación profesional. Gracias sobre todo a las profesoras AURORA, ARACELI Y MARIA DE JESUS por su apoyo y su paciencia durante la realización del presente trabajo.

FABIOLA YASMIN.

AGRADECIMIENTOS

A MIS PADRES:

ANGELA Y CARLOS.

Con profundo agradecimiento, respeto,
a quienes debo la vida y lo que en ella soy,
por su inmenso cariño y sabios consejos
que me han brindado y estímulo,
ya que con ello han logrado mi formación
profesional.

Con admiración...

A las personas comprometidas
consigo mismas, conscientes de su
naturaleza, situación y potencial,
en búsqueda continua de nuevos
retos y excelencia, que les
permitan sentirse satisfechos en las
diferentes etapas y actividades de
su vida.

A MIS HERMANAS:

BRENDA LORENA Y LARISSA YARENI.

Con cariño y como un estímulo
para seguir adelante.

*"No importa lo que soy
sino lo que puedo llegar a ser".*

A MIS ABUELITOS:

Con gran cariño y respeto
que se merecen.

A MIS TIOS:

GLORIA Y ESTEBAN.

En quienes encontré apoyo y ayuda desinteresada, necesaria para alcanzar mis más grandes anhelos. Eternamente agradecida.

*"El éxito de la vida
consiste en conservar
el corazón joven".*

A MIS AMIGAS:

A FABIOLA:

Con la que compartí muchas alegrías y tristezas durante la carrera y la elaboración de este trabajo.

A CLAUDIA Y REBECA:

Con cariño por los gratos momentos que convivimos durante la carrera.

*" En la amistad... los pensamientos,
los deseos, los anhelos nacen y
se comparten con una alegría
que no necesita proclamarse"*

.A JORGE:

A quien quiero y que gracias a su ayuda moral he seguido adelante.

ANGELICA.

LIBERTAD DE EXPRESION

En incontables momentos de nuestra vida hemos tenido la oportunidad de expresar acuerdo o desacuerdo, satisfacción o inconformidad. En nuestras manos está el lograr que las cosas sucedan en beneficio de la comunidad.

La honestidad también está en quien denuncia injusticias, en quien hace que sus inquietudes sean escuchadas, en quien sugiere una mejor forma de hacer las cosas.

Bien dice el dicho. El que calla otorga y está en nosotros el hacer uso de la fuerza de las palabras de una manera constructiva.

ANÓNIMO

RESUMEN.

La presente investigación tuvo como objetivo implementar un taller de comunicación dirigido a padres de familia con la finalidad de orientarlos sobre los cambios (físicos, psicológicos y sociales) que presentan sus hijos en la etapa de la adolescencia.

El taller tuvo una duración de 14 sesiones durante las cuales, se abordaron temas relativos a ésta etapa, así como la forma más eficaz de establecer y lograr una comunicación efectiva entre padres e hijos que les permita resolver dudas e inquietudes y que a su vez será la base de una relación positiva para ambas partes.

Los resultados indican que la participación en el taller permitió a los padres visualizar a sus hijos con diferente perspectiva siendo evidente que provocó su capacidad de análisis y reflexión sobre el comportamiento y actitudes que presentaban con sus hijos ante determinadas situaciones problema, ayudándoles a comprenderlos mejor y logrando así un acercamiento con ellos.

En conclusión, la mayoría de las veces los conflictos familiares que se manifiestan se deben a la falta de comunicación o a una comunicación mal empleada de sus miembros, pero, si se utilizan habilidades asertivas en las diferentes situaciones de la vida diaria, padres e hijos lograrán tener una comunicación funcional y una relación personal más efectiva tanto individualmente como en los distintos contextos en los que se desarrolla cada uno.

INDICE.

	PAGINA
INTRODUCCION.....	1
CAPITULO 1. LO QUE CAMBIA DURANTE LA ADOLESCENCIA	
1.1. Definiciones de adolescencia.....	9
1.2. Teorías que abordan la adolescencia.....	11
1.3. Cambios físicos masculinos y femeninos.....	14
1.4. Factores que alteran los cambios.....	16
1.5. Repercusiones psicológicas de los cambios.....	16
1.6. Necesidades y adaptación del adolescente.....	17
1.6.1. Necesidades físicas.....	18
1.6.2. Necesidades sociales y de personalidad.....	18
CAPITULO 2. FORMACION PERSONAL DEL ADOLESCENTE.	
2.1. Búsqueda de identidad.....	20
2.2. Desarrollo de valores y profesional.....	24
2.3. Relaciones interpersonales.....	25
2.3.1. Amistad.....	25
2.3.2. Noviazgo.....	26
CAPITULO 3. COMO SOBRELLEVAR LA ETAPA DE LA ADOLESCENCIA.	
3.1. ¿Por qué es importante la adolescencia?.....	29
3.2. Problemas frecuentes y especiales del adolescente y sus consecuencias.....	30
3.2.1. Delincuencia.....	31
3.2.2. Drogas.....	31
3.2.3. Deserción escolar.....	33
3.2.4. Ansiedad.....	33
3.2.5. Trastornos afectivos.....	33
3.2.5.1. Depresión.....	33
3.2.5.2. Suicidio.....	34
3.2.6. Problemas de alimentación.....	36
3.2.6.1. Anorexia.....	36
3.2.6.2. Bulimia.....	37
3.2.7. Embarazo precoz.....	37
3.2.8. Enfermedades venéreas.....	38
3.2.9. Hipocondría.....	38
3.3. Conductas detectables ante un problema.....	38
3.4. Conductas de inquietud sexual.....	41

3.5.	¿Cómo establecer comunicación con los adolescentes?.....	42
3.6.	Asertividad.....	50

CAPITULO 4. LA IMPORTANCIA DE LA EDUCACION SEXUAL.

4.1.	Mitos de la sexualidad.....	55
4.2.	Embarazo precoz.....	60
4.3.	Enfermedades de transmisión sexual.....	61
4.4.	Métodos anticonceptivos.....	65

CAPTITULO 5. INDEPENDENCIA PATERNA.

5.1.	Forma en que llegó a ser usted mismo:	72
	¿Por qué piensa y se comporta en la forma en que lo hace?	
5.2.	Lo que los padres necesitan saber sobre sí mismos y sobre su adolescente.....	74
	5.2.1. Proyecto del adulto.....	76
	5.2.2. Proyecto del adolescente.....	77

CAPITULO 6. PRACTICAS EDUCATIVAS.

6.1.	Clasificación de padres.....	80
	6.1.1. Hipercríticos.....	80
	6.1.2. Distutores.....	81
	6.1.3. Camaradas.....	81
	6.1.4. Ausentes.....	82
	6.1.5. Autoritarios.....	82
	6.1.6. Hiperreactivos.....	82
6.2.	¿Como proporcionan la educación los padres a sus hijos adolescentes?.....	83

CAPITULO 7. TALLER DE COMUNICACIÓN.

7.1.	Metodología.....	84
7.2.	Análisis de resultados.....	100

CONCLUSIONES.....	118
-------------------	-----

BIBLIOGRAFÍA.

ANEXOS.

INTRODUCCIÓN

Uno de los principales intereses de la Psicología es el estudio del desarrollo humano. El término desarrollo ha sido definido por diversos autores, entre ellos Mussen y Cols.,(1983, citado en Pérez y Velasco, 1995) quienes lo definen como las alteraciones o rasgos de conducta que surgen de manera ordenada y que por lo común dan pauta a mejores formas de reaccionar, es decir, a una conducta más adaptativa, compleja y estable.

Para un mejor estudio del desarrollo humano este ha sido dividido en etapas. Así por ejemplo, Papalia y Wendkos (1992) consideran ocho grupos cronológicos: período prenatal (desde la concepción hasta el nacimiento), primera infancia (del nacimiento a los tres años de edad), niñez temprana (de los tres a los seis años), niñez intermedia (de los seis a los doce años), adolescencia (de los doce a los dieciocho), edad adulta temprana (de los dieciocho a los cuarenta años) edad adulta media (de los cuarenta a sesenta y cinco años) y edad adulta tardía (sesenta y cinco en adelante).

Sin embargo, todas las divisiones que se han hecho sobre el desarrollo humano son arbitrarias y subjetivas ya que todas las edades son aproximadas. Cada una de ellas tiene un valor y un objetivo específico, que tarde o temprano influirá en el desarrollo humano, de tal manera que el desarrollo infantil y el adolescente influirán en la conducta futura adulta.

En el desarrollo existen períodos críticos de transición o períodos de crisis que dan lugar a cambios significativos e importantes, por ejemplo, la infancia se considera una transición crítica por el rápido cambio neurológico y fisiológico. La adolescencia por la maduración fisiológica, cognitiva y social. Y ya en la edad madura cuando el hombre se jubila y retira del trabajo para adaptarse a nuevas exigencias del medio. Pero a pesar de que todas las etapas son importantes para el hombre, no todas han sido estudiadas ampliamente, tal es el caso de la adolescencia.

Lo anterior se puede resumir diciendo que todo ser humano durante toda su vida atraviesa por una serie de etapas ya conocidas por todos: la infancia, la adolescencia, la juventud, la adultez y la vejez.

La adolescencia es para la mayoría de las personas una etapa de conflicto, agresión y grandes problemas.

Aunque desde la antigüedad se ha definido a la adolescencia, no es hasta finales del siglo XIX y principios del XX que se le considera como una etapa importante del desarrollo humano con los estudios de G. Stanley Hall en 1904. Este autor describe a la adolescencia como un período de tormenta y tensión durante el cual el individuo se muestra excéntrico, emotivo, inestable e impredecible.

El término adolescencia es empleado en dos sentidos: aplicado al desarrollo físico, se refiere al desarrollo que comienza con el rápido crecimiento de la pre-pubertad y termina cuando se alcanza una plena madurez física. En el sentido psicológico, la adolescencia es una situación anímica. Un modo de existencia que aparece aproximadamente con la pubertad y que tiene como fin alcanzar una plena madurez social.

La adolescencia es una etapa de cambio continuo la cual está acompañada de cambios no sólo en el sistema reproductor y en las características secundarias del individuo, sino también en el funcionamiento del corazón y en general de todo el sistema cardiovascular, en los pulmones, con lo cual entra también en juego el sistema respiratorio en el tamaño y la fuerza de muchos de los músculos corporales.

Uno de los múltiples cambios físicos asociados con la pubertad es el llamado estirón. Este término se refiere a la aceleración en aumento, estatura y peso que se produce durante la etapa de la adolescencia. Es esencial tener en cuenta que existen considerables diferencias individuales en cuanto a la edad de comienzo y duración.

En los niños el estirón puede comenzar a una edad tan temprana como la de los 10 años o tan tardía como la de los 16 años, mientras que en las niñas puede iniciarse a los 7 u 8 años, o bien no comenzar hasta los 12, 13 o incluso a los 14 años (Coleman, 1985).

Los cambios físicos y fisiológicos de la pubertad, sin exceptuar la maduración sexual y el crecimiento acelerado son iniciados por una mayor producción de hormonas activadoras de la glándula pituitaria. Esta producción hormonal activa hace que el cuerpo infantil se transforme en un lapso relativamente breve en un cuerpo adulto, con cambios exteriores pronunciados y cambios interiores bastante importantes. Si comparamos a los adolescentes varones con las niñas es notable que presentan un crecimiento acelerado las segundas.

Sin embargo, en ambos el primer cambio físico importante es el aumento de tamaño corporal, uno o dos años antes que los órganos sexuales lleguen a la madurez funcional.

Estas características físicas y sus cambios tan drásticos producen inquietud, curiosidad y muchas veces vergüenza en los adolescentes, ya que se dan cuenta que son diferentes a cuando eran niños, comienzan a compararse con otros de su misma edad para comprobar que todos sufren esos cambios. Pero estos cambios no solo generan desconcierto, sino también la necesidad de comprender otros procesos generados en este período: la menarquía, las poluciones nocturnas, el impulso sexual y la masturbación.

El hablar de desarrollo psicológico en la adolescencia, es referirse a las consecuencias que tienen todos los cambios físicos en la formación de la personalidad del joven, generándose un cambio importante en el sujeto, donde además de intervenir estos procesos internos tienen influencia todas las condiciones externas como son: el ambiente familiar, el escolar y el social para el desarrollo cognoscitivo y la formación del desarrollo de la personalidad, ya que las relaciones con los adultos, con los iguales significativos y el éxito o fracaso escolar darán origen a una maduración psicológica. Dicha maduración psicológica es entendida como la capacidad de enfrentar las incertidumbres de los cambios físicos con un sentimiento de confianza en sí mismo y en el entorno social significativo para poder establecer sentimientos tanto positivos como negativos hacia los padres, amigos y profesores y lograr así una adaptación con el medio, al tiempo que se establece la identidad del adolescente.

No todo el proceso de la adolescencia depende del adolescente mismo, no hay duda de que la familia es la primera expresión de la sociedad que influye y determina gran parte de la conducta en esta etapa.

Siendo que desde hace tiempo se ha reconocido a la familia como la unidad básica dentro de la cual el ser humano desarrolla calores, actitudes e intereses que formarán parte de la conducta adulta del individuo.

No obstante, es dentro de la familia donde una buena parte del conflicto entre el mundo adolescente y el adulto tiene lugar especialmente, por que los padres son los adultos con quien tiene más contacto el adolescente (Romero, 1988).

Además la adolescencia de los hijos plantea no sólo problemas para ellos mismos sino que todo el núcleo familiar debe someterse a una reeducación emocional y social por las circunstancias que atraviesa un miembro de la familia.

Cuando varones y jovencitas llegan a la adolescencia la presión que ejercen sobre sus padres es aún mayor que cuando eran niños. En la nueva etapa, el adolescente desea vivir en plena independencia, a pesar de que su vida sea todavía dependiente; a su vez también los padres formulan nuevas exigencias siendo la más permanente la adaptación del adolescente a las normas de conducta de los adultos, normas que en ocasiones son contradictorias (Fuentes, 1989).

Por lo que los adultos y sobre todo los padres son responsables del futuro de sus hijos, ellos son los encargados de dar información verdadera, confiable y comprensiva sobre el desarrollo que presentan sus hijos. Los padres son en diversas ocasiones los que controlan la enseñanza de sus hijos, por tal motivo deben preocuparse por darles una adecuada educación haciendo un esfuerzo por aprender a ser educadores y con ello apoyar a su hijo en la necesidad de autonomía; ya que mientras mejor comprendan estos cambios y los problemas que afectan a la gente joven, más eficazmente se les podrá ayudar y orientar (Vázquez, 1996).

Entre las teorías que abordan la etapa de la adolescencia se encuentra la teoría del aprendizaje social, la cual en lugar de subrayar la importancia y hasta la existencia de los conflictos intra psíquicos, los instintos básicos, las tendencias innatas y otros constructos no observables par el desarrollo, mantenimiento y modificación de la conducta humana como la teoría psicodinámica de Sigmund Freud, se concentra directamente en la conducta y su relación con las condiciones ambientales que la afectan. La suposición básica de esta teoría es que la conducta se ve influida por el aprendizaje que se lleva a cabo en un contexto social.

Por lo tanto, las diferencias conductuales entre los individuos se atribuyen en gran parte a la historia única de aprendizaje de cada persona en relación con las personas y situaciones específicas a las que estuvo sometida. Los antecedentes culturales o subculturales de cada individuo se consideran como parte de su historia exclusiva de aprendizaje de aprendizaje y desempeñan un papel significativo tanto en la aparición de las conductas "normales" como problemáticas (Bernstein, 1982).

La teoría del aprendizaje social se fundamenta en las siguientes suposiciones principales:

a) La personalidad es ocasionada por el aprendizaje generalizado y/o la semejanzas de estímulo que pueden existir en un grupo de situaciones relacionadas.

b) Tiene como meta comprender las inconsistencias intraindividuales y otros fenómenos humanos "impredecibles" en términos de la especificidad conductual.

c) Se subraya la importancia de la conducta mensurable y se toma como el objeto de la psicología clínica. El psicólogo clínico con una orientación basada en el aprendizaje social puede interesarse en conductas que van desde las objetivas y contables hasta las sutiles y encubiertas. Casi cualquier conducta puede ser el objeto de la aproximación del aprendizaje social, el único requisito es que haya una manera aceptable de medición.

d) Se acentúa la importancia de la influencia ambiental sobre la conducta en oposición a otras influencias supuestas o hereditarias. Esto no significa que se ignoren los factores genéticos o constitucionales sino que se consideran como el cimiento general sobre el que el ambiente moldea y edifica los detalles específicos de la conducta.

e) Entre todas las profesiones cuyo objetivo fundamental es ayudar a las personas con problemas, la psicología clínica tiende a ser la profesión con mayor orientación hacia la investigación, pero dentro de la disciplina, el modelo del aprendizaje social ha iniciado el camino hacia la operacionalización e investigación

experimental de los principales asuntos clínicos en el laboratorio humano y animal y en los ambientes de aplicación como las escuelas y los hospitales.

f) Supone que los mismos principios de aprendizaje determinan tanto la conducta problemática como la no problemática y que la evaluación clínica se debe planear con el fin de determinar como aprendió sus actuales dificultades y como están siendo mantenidas par así preparar un aprendizaje nuevo, más adaptativo e individualizado.

Por lo tanto un aspecto notable de la teoría es la atención que le presta a los procesos cognitivos vicarios. El comportamiento no se desarrolla exclusivamente a través de lo que aprende el individuo directamente por medio del condicionamiento operante y clásico, sino que también a través de lo que aprende indirectamente (vicariamente) mediante la observación y la representación simbólica de otras personas y situaciones.

Si tomamos como referencia lo anterior y que la sociedad moderna se caracteriza por rápidos cambios tanto económicos, tecnológicos, culturales y sociales vemos que a su vez, se han ido modificando paulatinamente ideas, actitudes y comportamientos en el área de la sexualidad humana.

De ahí que por ejemplo existan individuos que se ajustan a una conducta con principios morales que restringen el uso de la sexualidad, otros que defienden la plena libertad del individuo en este campo y finalmente entre ellos los que con una variada gama de principios y actitudes que se entremezclan, hacen la sexualidad más compleja (Conger, 1980).

En realidad esto se ve cuando por un lado existe un bombardeo publicitario de estímulos que solamente traen consigo más confusión a la gente, y por otro, se debaten cuestiones que dan lugar a polémicas y a una preocupación real por el tema de la sexualidad considerado durante siglos como tabú.

En general la gente continua viendo la sexualidad de forma inadecuada, por ejemplo, por razones culturales algunas personas creen que el sexo es algo sucio, cuya práctica solo puede tener como fin la reproducción del ser humano; es por eso que los intereses y actividades sexuales de los niños y de los adolescentes son vistas como si se tratara de algo malo. Son frecuentes entre los mayores frases como: "no te toques ahí", "no esta bien lo que haces", etc., refiriéndose a actos propios del autodescubrimiento corporal de su cuerpo. De manera que un niño educado así se sentirá culpable de lo que haga.

Para otras personas en cambio no hay razones para considerar sucia la sexualidad a menos que existan factores religiosos o ideológicos.

Otra actitud es la que presenta el sexo como peligroso por ser desconocido. Se infieren y deducen riesgos derivados de las relaciones sexuales como un embarazo o el contraer alguna enfermedad venérea. El sexo aunque tiene riesgos

y peligros, estos pueden evitarse si se tiene una adecuada información y si al mismo tiempo se lleva a la práctica.

Una educación sexual debe comprender el conocimiento del propio sexo, el del sexo opuesto, el de las funciones placenteras y reproductoras, así como las inquietudes individuales de cada persona (Campo, et. al., 1992).

Sin embargo actualmente los adolescentes reciben muy poca información acerca de la sexualidad, de los problemas frecuentes que les puedan afectar como el alcoholismo o drogadicción, de enfermedades de transmisión sexual, y de otros temas relacionados con éste por parte de sus padres, y si la reciben la mayoría de las veces es distorsionada y/o falseada debido a mitos y creencias falsas que se han generado desde hace tiempo en torno a este tipo de temas; de ahí, que los padres sigan creyendo que la información que tienen es la adecuada transmitiéndoselas a sus hijos de la misma manera.

Los padres transmiten la misma información o menos de la que ellos recibieron de sus propios padres, lo cual genera confusiones en el adolescente ya que no sabe si creer lo que le dicen sus padres, lo que le dicen en la escuela o lo que le dice la gente que le rodea.

En otras ocasiones los padres tratan de ignorar los hechos, sin saber que esta actitud también es una forma de educar sexualmente pues donde existe ignorancia es más probable que exista curiosidad por lo oculto. La educación sexual que reciba el adolescente tiene una influencia decisiva en su posterior comportamiento en relación con el sexo (Caprio y Caprio, 1973).

Existen también padres que no dan información por que creen que sus hijos no entienden ni se preocupan por esas cosas, consideran a sus hijos ajenos a la curiosidad por el propio cuerpo y por el de los demás.

Los padres algunas veces comprenden demasiado tarde cuando ya los problemas son más, que existen maneras más eficaces de desempeñar su función.

Por otra parte hay padres para quienes la tarea de educar a un adolescente es un proceso confuso e incomprensible. Este tipo de padres no entienden a sus hijos y generalmente se preocupan demasiado por los problemas que este presenta, su actitud es la de sobreproteger o por el contrario, el desempeñar su rol de padre de manera muy rígida.

Lo ideal sería que los padres guiaran a sus hijos aplicando un método satisfactorio dirigiéndose a tres aspectos básicos en su educación: primero, atención permanente y continua de sus actitudes y comportamiento que a su vez favorecerá el desarrollo y crecimiento de sus hijos. Segundo, el conocimiento de estrategias preventivas que puedan ayudar a sus hijos a evitar problemas graves y

tercero, teniendo ya conocimiento de lo anterior desarrollar cualidades que permitan resolver y afrontar las crisis que puedan presentar los adolescentes.

Para lograr lo anterior es necesario recordar que las técnicas de comunicación utilizadas por un determinado grupo de personas son el indicio de un buen o mal funcionamiento interpersonal. Por lo que cambiar y mejorar los patrones de comunicación en un determinado grupo puede cambiar y mejorar la calidad de la interacción entre las partes (padre e hijo).

De tal manera que la función de los padres debiera de comenzar con el conocimiento de ellos mismos, es decir con la comprensión de lo que son como padres y de lo que por otra parte espera de su adolescente. No es suficiente el quererlos, también es necesario el comprender quien es realmente y apoyarlo para que de manera gradual vaya siendo independiente y responsable.

El hecho de que los padres guíen a sus hijos no quiere decir que a ellos no se les presente ningún problema, pero el que estén informados correctamente y orientados hacia lo que le pueda pasar a su hijo les ayudará a estar en mejores condiciones de influir satisfactoriamente sobre la conducta del adolescente de manera preventiva evitando que el problema no tenga solución. Por lo tanto, es importante proporcionar información correcta a los padres de familia, para que ellos a su vez en un ambiente de confianza informen y resuelvan las dudas a sus hijos de manera coherente, con la información que han recibido al mismo tiempo en la escuela (Gallagher y Harris, 1980).

Ya que muchos de los conflictos familiares son originados por la deficiencia que presentan sus miembros en habilidades de comunicación, lo que influye en la capacidad para resolver los problemas, siendo que la comunicación es esencial en la relación padre e hijo para el entendimiento y comprensión de ideas y sentimientos generados en dicha etapa.

Los seres humanos nos comunicamos entre sí para transmitir diversos sentimientos, emociones, peticiones, etc., que mejor aún que transmitírselo a alguien que nos conoce y podrá entenderlo, como lo es un padre (Macía, 1994).

Teniendo como objetivo la realización de un taller de comunicación dirigido a padres de familia con la finalidad de orientarlos acerca de los cambios (físicos, psicológicos y sociales) que presentan sus hijos en la etapa de la adolescencia y con esto lograr una mejor comunicación entre ellos.

Por lo cual en la presente investigación abordaremos aspectos relacionados con la adolescencia en donde en el capítulo 1 indudablemente hemos visto que la adolescencia es un tema demasiado amplio en el que no basta hablar sólo de sus características; sin lugar a dudas en esta etapa es cuando el cuerpo humano alcanza la plenitud del desarrollo, ya que es cuando se manifiestan los atributos físicos de cada sexo; sin olvidamos también de los cambios psicológicos, así mismo las teorías que la abordan siendo aspectos trascendentales en ésta.

Como ya se ha venido abordando, la etapa de adolescencia es la que crea una gama intensa de conflictos, entre ellos la formación personal del joven; que día a día se realiza la pregunta ¿Quién soy? Y en esta búsqueda de identidad hay que tener cuidado con los intereses por descubrir todo lo relacionado a su personalidad e intereses propios que regirán posiblemente toda su vida.

También a su vez comienzan los primeros acercamientos de amistad hacia el sexo opuesto, las primeras citas, el primer beso, etc., lo cual abordaremos en el capítulo 2 con más detalle.

En la adolescencia vuelve a cobrar importancia el aspecto sexual siendo necesario guiar a los hijos a fin de que entiendan la grandeza y significado del sexo, ya que la necesidad de educarlos, orientarlos e informar a los jóvenes a este respecto debe ser día con día, siendo importante que los padres de familia hablen con sus hijos, con propiedad y respeto para lograr una buena comunicación, temas de los cuales se hablará en los capítulos 3, 4, 5 y 6.

CAPITULO 1

LO QUE CAMBIA DURANTE LA ADOLESCENCIA

1.1. DEFINICIONES DE ADOLESCENCIA.

La palabra adolescencia proviene de la voz latina "adolescere" y significa crecer, desarrollarse. En términos de sus características: aunque desde la antigüedad (aproximadamente 300 a. C.) se ha definido a la adolescencia, es hasta finales del siglo XIX y principios del XX con los estudios de Stanley Hall en 1904 (citado en Pérez y Velasco, 1995) quien describió a la adolescencia como "un período de tormenta y tensión durante el cual el individuo se muestra egocéntrico, emotivo, inestable e impredecible ". No obstante hay otros autores que opinan que no importa cual sea la conducta del adolescente, el adulto generalmente lo considera antipático, inmaduro e intolerante, debido tal vez a que lo juzga en base a pautas de comportamiento adultas, sin tomar en cuenta las que son propias de su edad (del adolescente).

Papalia y Wendkos (1992) suponen que en la adolescencia existen aspectos positivos como el que todas las cosas parecen posibles, se está en el umbral del amor y del trabajo, así como de la participación más amplia en la sociedad. Se esta conociendo a la persona más interesante que existe en el mundo: uno mismo.

Cronológicamente: es en donde no todos los autores coinciden con respecto a las edades. Por ejemplo Muss (1986) dice que la adolescencia abarca aproximadamente de los 12 a los 13 años hasta aproximadamente los primeros años de la tercera década.

Smimov (1978) considera que esta etapa comprende de los 10 a los 20 años. Friedman y LeBlanc (1980) piensan que las mujeres de 10 a 13 años y los hombres de 12 a 15 años tienen el inicio de esta etapa. Ballesteros (1970) afirma que es entre los 11 y 12 años a los 18 ó 20 en el hombre y de los 9 ó 10 a los 16 ó 18 en las mujeres. Josselyn (1979) considera que inicia de los 10 a 12 ó 13 en las mujeres y de los 11 a 12 ó 15 en los varones (citados en Pérez y Velasco, op, cit.).

Psicológicamente: se le considera una situación marginal por que el joven ya no es un niño, ni ha llegado adulto, donde para lograr la madurez tiene que deshacerse de sus pautas de comportamiento infantil y dependiente para adoptar un comportamiento adulto y autónomo, descubrir su propia identidad y adquirir un sistema de valores y relaciones propias.

El Psicólogo Kurt Lewin (1939, citado en Blair y Jones, 1983) dice que la adolescencia es en realidad una especie de tierra de nadie, donde el adolescente se encuentra preso en medio de un área en la cual se entrecruzan fuerzas y expectativas. Se encuentra en una situación ambigua.

Finalmente también se han dado definiciones legales en donde el final de la adolescencia varía de un país a otro. En México por ejemplo, la edad en que se logra la adultez es a los 18 años, en donde se busca que el joven tenga y tome posesión de sus derechos y responsabilidades como ciudadano.

Sin embargo, a pesar de las distintas definiciones, la mayoría de los autores coinciden en el hecho de que la adolescencia es un período de cambios físicos sexuales, psicológicos y cognoscitivos durante el cual se toman decisiones importantes que la mayoría de las veces marcarán la vida del joven.

Por otra parte es importante hacer una diferenciación entre adolescencia y pubertad, pues ambos términos tienen un significado y alcance distintos que la mayoría de las veces se desconoce y por eso se tiende a confundir y pensar que son lo mismo:

PUBERTAD: Son los cambios físicos que a lo largo de la segunda década de vida transforman el cuerpo infantil en cuerpo adulto con capacidad para la reproducción.

ADOLESCENCIA: Período psicológico que se prolonga varios años y se caracteriza por la transición entre la infancia y la adultez.

Pubertad no es sinónimo de adolescencia. La pubertad es universal para todos como hecho biológico, la adolescencia no necesariamente lo es, ni adopta en todas las culturas el patrón de características que adopta en la nuestra por ejemplo.

Pero, ¿ Cuándo termina la adolescencia?, según Stone y Church (1989) el individuo es mayor cuando la sociedad le dice que ya lo es. Termina cuando los adultos comienzan más o menos conscientemente a tratar al individuo como a uno de ellos mismos, aunque generalmente son adultos que no son los propios padres del adolescente. En este proceso cuanto más pronto la gente comience a tomar su edad adulta como un hecho, más pronto él se ubica en ese papel: en los comienzos del proceso puede haber una cierta ironía por parte de los adultos y cierta autoconciencia por la suya (habitualmente toma un período largo antes que el adolescente pueda referirse a sí mismo, sin incomodidad como el señor o la señorita), pero que sirve al adolescente como un modo de sentirse parte de la sociedad adulta.

Después de todos estos esfuerzos, el adolescente pasa a la edad adulta sin darse cuenta. Los adultos (padres, maestros, amistades de sus padres y otros) pueden ayudar mucho al adolescente en su proceso de convertirse en adulto.

1.2. TEORIAS QUE ABORDAN LA ADOLESCENCIA.

Entre las Teorías más representativas se encuentran las siguientes:

TEORIA BIOGENETICA: Propuesta por Stanley Hall (1905) quien retoma el concepto darwiniano de la evolución y lo elaboró como una teoría psicológica de la recapitulación. La ley de la recapitulación sostiene que el organismo individual en el transcurso de su desarrollo, atraviesa etapas que corresponden a aquellas que se dieron durante la historia de la humanidad: el individuo vuelve a vivir el desarrollo de la raza humana desde un primitivismo animal a través de un período de salvajismo, hasta los modos de vivir civilizados.

Este autor suponía que ese desarrollo obedece a factores fisiológicos que están determinados genéticamente y que fuerzas directrices interiores controlan y dirigen el desarrollo, el crecimiento y la conducta.

Describe a la adolescencia como un segundo nacimiento, ya que es cuando aparecen los rasgos más evolucionados y más esencialmente humanos. La adolescencia abarca desde la pubertad (12 o 13 años) hasta la adultez joven (22-25 años), es una etapa caracterizada por turbulencia y transición. Él creía que la maduración sexual provocaba los cambios en el comportamiento, por lo que estos eran generados biológicamente. Esta teoría no toma en cuenta la influencia de los factores ambientales.

TEORIA PSICOANALITICA: Esta teoría y la teoría evolutiva de la recapitulación de Stanley Hall tienen una idea en común: ambas consideran a la adolescencia como un período filogenético ya que Freud sostuvo que el individuo repite experiencias interiores del género humano en su desarrollo psicosexual.

La teoría fue propuesta por Sigmund Freud quien supone que en el individuo se llevan a cabo conflictos entre sus impulsos naturales y las restricciones sociales. El Psicoanálisis ortodoxo o Freudiano no habla de adolescencia como tal, sino que considera que existen diferentes fases en el desarrollo del individuo (oral, anal, fálica y genital) según el órgano del cuerpo que produzca placer y gratificación. Puesto que la vida sexual del ser humano no comienza en la pubertad sino en la primera infancia.

La adolescencia se encuentra en la fase genital y se le ha considerado como una etapa de transformación física o como un puente entre la sexualidad infantil difusa y la sexualidad adulta centrada en la genitalidad.

TEORIA DEL DESARROLLO: Elaborada por Jean Piaget. Esta teoría es interdisciplinaria, pues comprende elementos psicológicos, biológicos, lingüísticos,

lógicos y epistemológicos. Considera que la adolescencia es una etapa en la que el individuo puede hacer deducciones en abstracto, sin tener que remitirse a la realidad, con un razonamiento hipotético-deductivo que le permite un pensamiento y lógica formal el cual marca el final del desarrollo cognitivo.

El adolescente es un individuo que reflexiona fuera del presente y elabora Teorías sobre todas las cosas satisfaciéndole en especial aquellas consideraciones que no son actuales, el adolescente comienza a considerar mentalmente todas las combinaciones o relaciones posibles, intenta experimentar analizando de modo lógico tratando de encontrar cuales de estas posibilidades es la verdadera.

TEORIA ANTROPOLOGICA: Considera la interacción de factores biogenéticos y ambientales. La personalidad será el resultado de la herencia, la cultura y del mismo individuo pertenecientes al historial de vida del sujeto.

La pubertad es la combinación de la actividad glandular, el reajuste hacia una vida autónoma y el cambio de vida de un modo infantil a una forma adulta. La interacción entre estos y la distancia en que se encuentra cada uno, va a repercutir en si la adolescencia es un problema o no .

TEORIA DEL APRENDIZAJE SOCIAL: Parte de la perspectiva conductual con autores como: Jerome Kagan y Albert Bandura, confirman con un punto de vista muy particular que gran parte del comportamiento es aprendido por imitación.

Es en la interacción con las personas que el individuo aprende y adopta los modos, hábitos, creencias, valores, normas e ideas de su cultura particular y los incorpora a su personalidad (Davis, 1902; citado en Enriques, 1997)

La Psicología Social es el estudio de las manifestaciones del comportamiento suscitadas por la interacción de una persona con otra, esto es, que todos los seres humanos vivimos en dependencia e interdependencia unos con otros y que todo ser humano tiene que hacerlo.

La teoría del aprendizaje social sostiene que los niños en particular, aprenden al observar y al imitar modelos (como su padres). enfatiza las respuestas al medio ambiente pero ve al que esta aprendiendo como más activo que el conductismo al reconocer el papel de los factores cognoscitivos que afectan la habilidades de la personas para adquirir y usar los conocimientos sobre su medio.

Sostiene que a través de la experimentación con animales no se puede explicar adecuadamente la conducta aprendida de los seres humanos que ocurre en un contexto social y que el aprendizaje no puede reducirse a simples principios de condicionamiento.

La identificación de los niños con los padres que moldea su conducta a través de un sistema de refuerzos y castigos, es el elemento mas importante como

aprenden el lenguaje, enfrentan la agresión, desarrollan un sentido de moralidad y aprenden una conducta esperada socialmente para su género(Papalia y Wendkos, 1992).

Los niños toman parte activa en su propio aprendizaje según esta teoría. Además de imitar a sus padres, escogen otros modelos, generalmente personas que parecen respetuosas y respetadas.

Mientras que los conductistas consideran que el medio ambiente moldea al niño, los teóricos del socioaprendizaje creen que el niño también actúa sobre el medio ambiente y que de hecho, en cierta medida crea el ambiente.

La teoría del aprendizaje social ha contribuido en gran parte a la respetabilidad de la ciencia del desarrollo humano mediante su insistencia en los experimentos de laboratorio rigurosos y en la definición clara de términos.

Allison Davis (1902, citado en Ríos y Nabor 1986) menciona que el adolescente tendrá que ir adquiriendo determinadas características dependiendo del medio ambiente en que se desenvuelva ya que no presentara la misma conducta un chico de una clase alta que el de una clase marginada.

TEORIA CONDUCTUAL: Otorga al individuo mayor capacidad reactiva que iniciativa, considera que existe regularidad en la interacción entre el individuo y su ambiente y que el análisis de este último, permitirá producir la reacción del sujeto.

Esta teoría no aborda directamente el período de la adolescencia, sin embargo sus estudios e investigaciones hablan del aprendizaje de las pautas y modelos sociales de comportamiento; es decir todo comportamiento es aprendido y a todo estímulo le sigue una respuesta y a ésta última una consecuencia.

Toda conducta tiene lugar en un contexto ambiental en la que hay circunstancias y sucesos que la preceden y que la siguen. El concepto básico que se utiliza para describir estas circunstancias y sucesos que influyen en la conducta es el de estímulo (evento mensurable que puede tener efectos en un individuo). Los estímulos pueden ser antecedentes o consecuentes, ya sea que procedan o sigan a la conducta en cuestión.

En todas estas teorías se pueden reconocer distintas tendencias en la forma en como se percibe la relación entre el individuo y el ambiente : la teoría psicoanalítica, biogenética y la del desarrollo dan mayor importancia al individuo. En la conductual y en la del aprendizaje social, el ambiente es el que predomina sobre la forma de responder del sujeto y él la teoría antropológica existe un equilibrio entre el individuo y el ambiente (Pérez y Velasco, op. cit.).

1.3. CAMBIOS FISICOS MASCULINOS Y FEMENINOS.

A pesar de las formas en que se concibe y se trata al adolescente, casi todos deben hacer frente a una revolución biológica como es el aumento de peso y de estatura, dimensiones corporales variables, cambios hormonales, desarrollo de los caracteres sexuales primarios y secundarios y un mayor desarrollo mental.

Los padres, maestros, compañeros y sociedad en general pueden influir en los adolescentes haciendo que estos cambios se conviertan en fuente de orgullo o en ansiedad y confusión (Conger, 1980).

Los cambios físicos propios de la pubertad siguen un orden secuencial que no es idéntico en cada sexo:

HOMBRES	MUJERES
Vello púbico	Senos
Vello axilar	Vello púbico
Vello facial	Vello axilar
Cambio de voz	Ensanchamiento de caderas
Cambios en la piel	Cambio de voz
Ensanchamiento de hombros	Cambios en la piel

La principal característica que se establece después de haber contrastado ambas secuencias, es que mientras la espermatogénesis es relativamente temprana en el chico en la chica la menstruación ocurre casi al final del proceso. La iniciación del ciclo menstrual de la muchacha es la fase de la pubertad que indica que ha llegado a un grado de madurez fisiológica en el plano sexual por lo que suele ser un acontecimiento importante en la vida de toda mujer.

CAMBIOS MASCULINOS: En los chicos la primera manifestación de cambio es el comienzo del crecimiento de los testículos, surgimiento de vello púbico sin pigmentación, el crecimiento del pene en diámetro y longitud (su tamaño depende de factores genéticos y hormonales, no existe relación entre su tamaño y la talla corporal del hombre y la capacidad sexual).

Según Friedman y LeBlanc (citados en Pérez y Velasco, op. cit.) existe una primera etapa donde aumenta la fuerza y masa muscular que depende de la producción de testosterona, casi al mismo tiempo la piel se oscurece y el escroto desarrolla pliegues y se pigmenta. El desarrollo genital es paralelo al aumento de la estatura y no al crecimiento del vello pubiano que comienza a los 8-14 años aproximadamente necesitando 4 años para su desarrollo completo.

La aparición del vello axilar es conforme aumenta el vello púbico, aproximadamente dos años después que aparece el vello perianal, el vello facial casi nunca aparece antes de los 15 años o los 18 años, pero también por factores genéticos suele ocurrir. Se produce un aumento de pecho que meses después

desaparece. Posteriormente el vello facial se extiende a las mejillas, al labio inferior a los lados y a la barba.

El crecimiento de la laringe se presenta paralelamente a la época en que el pene logra su máximo desarrollo. Se forma la manzana de Adán que precede los cambios de voz y que termina hasta que se produce y se da una madurez en los caracteres sexuales secundarios.

Más adelante se producen espermatozoides y pueden darse las primeras emisiones de semen, ya sean inducidas (masturbación) o espontáneas (emisiones nocturnas) que con frecuencia se acompañan de sueños eróticos que comienzan a los 11-16 años, y que después pueden ocurrir en intervalos en la adolescencia y en la madurez. La mayoría de los adolescentes que no mantienen relaciones sexuales, generalmente experimentan estas emisiones.

Un problema que es común en hombre y mujeres es el cambio de olor corporal y el acné.

CAMBIOS FEMENINOS: En las mujeres los primeros signos de cambio son el redondeamiento de caderas entre los 11 y los 16 años y el primer abultamiento de los pechos. Junto con él aparece el vello púbico entre los 8 y los 14 años, que primero es fino y liso y más oscuro que el resto del cuerpo y que después se vuelve grueso y rizado.

El vello axilar aparece en las últimas etapas del vello púbico al igual que el vello perianal, después aparece el vello facial en el labio superior que en la mujer es en menor grado que en el hombre, crecimiento del pecho con pigmentación en los pezones.

La primera menstruación (menarca o menarquía) es el resultado de la producción hormonal, se presenta en edad promedio de los 12 a los 13 años, pero durante 12-18 meses estos periodos no incluyen ovulación pues solo han alcanzado el 30% de madurez adulta. Actualmente parece ser que las muchachas aceptan con tranquilidad el inicio de la menstruación, incluso algunas la esperan con interés, pero otras piensan que es algo inevitable y negativo, algo que las mujeres tienen que soportar (Conger, 1980).

Entre las causas y/o factores que intervienen para que se presenten estas creencias se encuentran: las actitudes negativas (imagen que otros tienen sobre la experiencia y de la cual se apodera la adolescente), irritabilidad, falta de preparación adecuada para el cambio, malestares físicos como dolores de cabeza y de estómago y si hasta ella misma se resiste o teme al crecimiento.

1.4. FACTORES QUE ALTERAN LOS CAMBIOS.

Se han realizado numerosas valoraciones estadísticas que definen comparativamente la diferencia entre los sexos, zonas geográficas, razas, etc. Igualmente se han puesto de manifiesto las influencias que tienen sobre el retraso o adelanto de la pubertad múltiples factores ambientales como la alimentación, el clima y los estímulos sensoriales.

Dentro de los factores internos o endógenos se encuentran la herencia, que transmite los caracteres específicos basados en la combinaciones cromosómicas y que influyen en la estructura corporal y los caracteres secundarios diferenciando los sexos.

Entre los factores externos o exógenos se encuentra el medio familiar, escolar, social y económico. Pueden agregarse también otros cinco factores que alteran el desarrollo y que son el clima, la alimentación (sea en exceso o en escasez), la salud (las enfermedades retrasan el desarrollo), el trabajo y el medio social.

1.5. REPERCUSIONES PSICOLOGICAS DE LOS CAMBIOS FISICOS.

La transformación orgánica tiene consecuencias psicológicas y sociales, ya que los cambios físicos son llamativos tanto para el individuo como para las personas que lo rodean.

Los adolescentes pueden manifestar preocupación o no por los cambios que están ocurriendo en el, perciben los cambios ya que su perspectiva es diferente a la de los adultos pues dichos cambios están ocurriendo en su propio cuerpo, los experimenta tanto visual como emocionalmente.

Las preocupaciones que el adolescente tiene de su propio cuerpo no son siempre realidades objetivas, pues en ellas pueden influir experiencias anteriores que lo llevan a considerarse o no atractivo independientemente de su apariencia y capacidades físicas .

FACTORES QUE CAUSAN PREOCUPACION EN LOS ADOLESCENTES:

ESTATURA BAJA: Desventaja para el hombre, no para la mujer.

ESTATURA ALTA: Obstáculo para la mujer, no para el hombre.

OBESIDAD : Desventaja para ambos debido a las burlas y efectos negativos. Es peor para el hombre debido a que no puede realizar algunos deportes, ni establecer un papel masculino (atractivo) para el.

CAMBIO DE VOZ: La mujer pocas veces se preocupa por este aspecto. En cambio al hombre le puede provocar una incapacidad de mantener un nivel de voz y diálogo constante.

INSEGURIDAD: más importante para el hombre ya que si no la tiene puede provocar el ridículo. En la mujer su presencia puede causar ansiedad.

CRECIMIENTO DEL SENO FEMENINO: Provoca el uso de ropa suelta o también el caminar encorvadas para esconder su pecho. La de senos pequeños puede presentar problemas emocionales como frustración.

GENITALES MASCULINOS: El tamaño del pene puede ser problema debido a la creencia que a mayor tamaño, mayor potencia sexual y virilidad.

ACNÉ: Mayor efecto negativo en la mujer ya que afecta su popularidad, puede llegar a ser traumático.

INTERES SEXUAL: En relación con el impulso sexual, se producen en el adolescente un conjunto de cambios: al comienzo de este período se registra un aumento cuantitativo de los impulsos sexuales, se reactivan los instintos que componían la sexualidad infantil reafirmando una serie de conductas agresivo-sexuales propias de los primeros años de vida del niño.

El preadolescente experimenta entonces una necesidad de satisfacer sus deseos. Esta época coincide con un comportamiento caracterizado por la aidez, la crueldad, la falta de higiene y desconsideración. Más adelante se efectuara un cambio en la cualidad de los impulsos sexuales pregenitales, que se transforman en impulsos sexuales genitales (Campo, et. all. 1992).

1.6. NECESIDADES Y ADAPTACION DEL ADOLESCENTE.

El ser humano debe satisfacer ciertas necesidades físicas, sociales y emocionales (personales). Dependiendo de como sea su comportamiento es que dependerán sus necesidades y la forma en la que las resolverá (Blair y Jones, 1983).

Cada individuo en el transcurso de su desarrollo, organiza para si mismo, mediante el aprendizaje y la experiencia una jerarquía de necesidades, que van desde aquellas con poco papel motivador, hasta las que son obligatorias.

Una necesidad es la fuerza interior encaminada a una acción (Horrocks, 1986).

1.6.1. NECESIDADES FISICAS.

Los adolescentes poseen necesidades biológicas casi idénticas: hambre, sed, actividad, evacuación, reproducción, regulación térmica, (obligatorias), etc. Sin embargo, la manera en que dichas necesidades son cubiertas o satisfechas varía.

1.6.2. NECESIDADES SOCIALES Y DE PERSONALIDAD.

Las necesidades de personalidad más urgentes durante la adolescencia son las relacionadas al status, a la independencia, a la autorrealización y al hecho de tener una adecuada filosofía de la vida. De todas ellas la que parece tener más peso es la de lograr un status, ya que el adolescente anhela ser importante, reconocido y valorado por su grupo, ansia alcanzar el status del adulto y dejar atrás las características de la infancia.

Otra necesidad básica de la personalidad del adolescente es la de independencia, aspira a liberarse de las restricciones paternas y convertirse en una persona que se autogobierna, anhela vivir su propia vida.

Relacionada con estas necesidades se encuentra la de realización o de logro. Además también se preocupa por los problemas de la verdad, la religión y los ideales éticos. Una filosofía adecuada le dará seguridad psicológica.

La escuela tiene una gran responsabilidad en la formación del carácter del adolescente y en contribuir para que su concepción de la vida sea compatible con una filosofía democrática que le permita desarrollar una personalidad estable y un sentido de seguridad emocional.

Cuando el adolescente no puede satisfacer una necesidad determinada, se vuelve inquieto y tenso, busca una salida que le permita reducir su estado interior de desequilibrio. En la medida en que una necesidad es satisfecha adecuadamente, se establece entonces un estado de equilibrio temporal pues aunque muchas de las necesidades de personalidad pueden permanecer de cierta manera satisfechas, pocas veces un adolescente o un adulto puede alcanzar en este aspecto una satisfacción plena y completa de su deseo de status, realización o seguridad psicológica.

Cuando estas necesidades no son cubiertas se puede experimentar dos tipos de situaciones que provocan frustración:

1. Situaciones generadas por fines bloqueados o no logrados por ejemplo, las leyes de discriminación racial, la pobreza o los requisitos para ingresar a una determinada escuela .
2. Fines u objetivos incompatibles con las exigencias del individuo, por ejemplo, el estudiante que trata de complacer a dos grupos con distintos ideales.

El adolescente cuyas necesidades se ven frustradas o que vive en conflicto experimenta tensión o disgusto y se encuentra en un estado de desequilibrio, tendrá que realizar una adaptación para reducir ese estado y volverlo tolerable para si mismo.

Los cambios a nivel físico y psicológico traen consigo una serie de dificultades que al paso del tiempo y por la etapa que están viviendo serán superados dependiendo del desenvolvimiento que esté vaya teniendo y de acuerdo a como satisfaga sus necesidades, lo que le ayudará a la formación de una personalidad más estable; tema que será abordado en el siguiente capítulo.

CAPITULO 2

FORMACION PERSONAL DEL ADOLESCENTE

2.1. BUSQUEDA DE IDENTIDAD.

Al hablar de desarrollo psicológico en la adolescencia es hablar de las consecuencias que tienen todos los cambios físicos en el desarrollo de la personalidad del adolescente.

Palacios y Cols. (1990) mencionan que se llama adolescencia a un período psicosociológico que se prolonga varios años y que se caracteriza por una transición entre la infancia y la adultez.

Como se puede observar en la definición de Palacios, la adolescencia es el período fundamental y concluyente que se presenta después de la pubertad. En estas últimas se manifiestan todos los cambios físicos y biológicos en el individuo; dichos cambios son consecuencia de una producción hormonal excesiva y exhaustiva, producción que se genera en el interior del niño que se está convirtiendo en púber.

Una vez que este cambio dio origen a los caracteres sexuales primarios y secundarios, así como al crecimiento acelerado del cuerpo, se genera otro cambio importante en el sujeto, donde además de intervenir estos procesos internos tienen influencia todas las condiciones externas como son el ambiente familiar, social, escolar para el desarrollo cognoscitivo y la formación de la personalidad, ya que las relaciones con los adultos, con los iguales significativos y el éxito o fracaso escolar son los factores que darán origen a una maduración psicológica. Esta es entendida como la capacidad de enfrentar las incertidumbres de los cambios físicos con un sentimiento de confianza en uno mismo y en el entorno social significativo para poder establecer sentimientos tanto positivos como negativos hacia los padres, amigos y profesores y lograr así una adaptación con el medio al tiempo que se establece la identidad en cada adolescente.

Los adolescentes alcanzan un nuevo nivel de pensamiento que va a permitirles concebir los fenómenos de manera distinta a como lo había hecho antes; este nuevo nivel es conocido como PENSAMIENTO FORMAL dentro del desarrollo cognoscitivo.

Al igual que en otras etapas, el funcionamiento intelectual en la adolescencia se genera a partir de las capacidades desarrolladas con aprendizajes anteriores. En la actualidad se sabe que la capacidad intelectual del adolescente no

permanece estable; aumenta o disminuye con la edad dependiendo de las habilidades que se van desarrollando o perdiendo a lo largo de los años.

Sin embargo, existe una incertidumbre de porqué el pensamiento se vuelve más complejo y abstracto, precisamente durante la adolescencia.

¿ Qué está sucediendo si este período es de complejo desajuste entre el desarrollo físico y mental?.

A pesar de la falta de muchas evidencias empíricas, lo que sí es cierto es que el logro de la madurez física tiene repercusiones en los diferentes aspectos a desarrollarse en la adolescencia.

El adolescente, cuando se le presenta un problema no sólo tiene en cuenta los datos reales presentes, sino además prevé todas las situaciones y relaciones causales posibles. Estas relaciones serán analizadas de manera lógica por el sujeto, tratando de contrastarlas con la experimentación; podrá analizar un sin número de combinaciones hasta encontrar la más precisa para la solución.

Carretero y León (1990) mencionan que otras capacidades intelectuales que se desarrollan durante la adolescencia son:

- * Logro de pensamiento abstracto teórico, cobrando forma hipotética. Se formulan explicaciones posibles, las cuales son sometidas a prueba para confirmarse empíricamente.

- * Aplica el razonamiento deductivo. Comprueba cada una de las hipótesis que se le ocurran.

- * Hace proposiciones verbales para expresar su hipótesis, razonamientos y resultados. Son afirmaciones abstractas independientes de la realidad concreta.

- * El lenguaje es el vehículo ideal mediante el cual el adolescente tiende a conocer sus representaciones y conclusiones.

Papalia y Wendkos (1992) resaltan que los cambios internos y externos en la vida de los adolescentes se combinan para provocar madurez cognoscitiva; las estructuras de su cerebro han madurado y su ambiente social se ha duplicado debido y gracias a la experimentación, ya que la actividad y la experiencia sobre el medio es la base de las operaciones mentales y a medida que el sujeto interactúa con su medio, esta actividad se modifica y estabiliza a través de la experiencia para dar origen a las operaciones mentales complicadas.

El adolescente y su pensamiento disponen de un gran número de operaciones cognoscitivas con las que se enfrenta a la solución de problemas; es versátil, puede tratar de muchas maneras un mismo problema y desde un gran número de perspectivas, siendo poco probable que se confunda ante resultados insólitos,

puesto que concibe de ante mano todas las posibilidades. Esto no significa que el pensamiento del adolescente esté restringido al área de solución de problemas, sino que el pensamiento lógico también se refleja en otras áreas siendo capaz de dirigir sus emociones hacia ideas abstractas y hacia personas u objetos, alcanzando un nuevo modo de vida en el área emocional (Fuentes y Pérez, 1986).

Otro aspecto importante del pensamiento del adolescente es el egocentrismo y se presenta cuando el adolescente es incapaz de conceptualizar el pensamiento de los demás, anticipándose y haciendo conjeturas que lo llevan a imaginarse que los demás lo admiran o critican, creyéndose un foco de atención ante una situación social que en forma real no ocurre.

Jenkins (citado en Fuentes y Pérez, op. cit.) plantea que los adolescentes pasan por una etapa en la cual sus pensamientos se centran en sí mismos, usan a sus amigos como un espejo y constantemente hacen preguntas sobre su propia persona.

Elkind (1984, citado en Papalia y Wendkos, op. cit.) describe que los adolescentes muchas veces pierden el sentido de la realidad, aunque tienden a ser extremadamente críticos (de los padres, de otras figuras de autoridad), argumentadores, autoconocedores, centrados en sí mismos, indecisos e hipócritas, presentando las siguientes características:

- * Falta de figuras de autoridad: los adolescentes al imaginar el mundo ideal se desilusionan de las personas a las que ellos consideraban admirable, por lo que hay que hacerles ver que nadie es perfecto.

- * Controversia: los adolescentes necesitan practicar sus nuevas habilidades para observar de distintas formas un problema, hay que dejarlos ampliar su razonamiento, no involucrándolos en problemas, en peleas y mucho menos familiares.

- * Consciencia de sí mismo: esto es explicado con " la audiencia imaginaria"; ellos mismos se colocan en las metas de otros, en las mentes de otros y creen que todo el mundo está pensando en ellos para bien o para mal.

- * Centrarse en sí mismo: conocido como fábula personal, creando la convicción de que son especiales y que su experiencia es única. Pensando que no están sujetos a ninguna ley y se imaginan que están protegidos de todo, generando conductas autodestructivas para ponerse ellos mismos un reto.

- * Indecisión: tienen problemas aún para decidirse por cosas simples.

- * Hipocresía aparente: los adolescentes muchas veces no se dan cuenta de la diferencia que hay entre expresar un ideal y trabajar hacia él, logrando superar esto hasta que escuchan experiencias personales de otros que los ayuden a encontrar un nivel maduro de pensamiento.

El egocentrismo comienza a desaparecer en el momento en que el adolescente puede diferenciar gradualmente sus propias preocupaciones de los pensamientos de otros, a la vez que va integrando los sentimientos de otros a las propias emociones.

En lo que se refiere a la formación de la personalidad, es precisamente la teoría de Erik Erickson (1950, citado en Papalia y Wendkos, op. cit.) la que explica de manera más completa el desarrollo de la personalidad del adolescente a partir de la quinta crisis: IDENTIDAD vs CONFUSIÓN DE IDENTIDAD.

La búsqueda de identidad se prolonga por toda la vida, pero en la adolescencia cobra especial interés ya que tanto las modificaciones corporales como las exigencias del mundo exterior hacen que el adolescente elabore una reestructuración de su cuerpo, busca el cumplimiento de nuevos roles y por lo tanto desarrolle su identidad. Sin embargo el riesgo que corren es la confusión de identidad que puede llevar al adolescente a adoptar papeles inadecuados que podrían provocarle problemas serios como son el pandillerismo y la drogadicción.

La crisis de identidad no necesariamente se debe dar. La formación de identidad no es una tarea del "todo o nada" en la que el joven triunfa o fracasa, las pautas a las que se ajusta pueden ser simples o complejas, positivas o negativas, típicas o anómalas.

Muchos adolescentes pasan por un período de confusión de identidad, siendo en ese momento incapaces de decidir que desean ser o hacer en sus vidas; sin embargo, en la mayoría de los casos el mantenimiento de relaciones gratificantes con los padres, facilitará la adaptación de la identidad, ya que estos proporcionan modelos y patrones afectivos y sociales (Mussen y Cols., 1990).

Cuando se presenta una crisis de identidad se va a generar un desequilibrio en la personalidad del adolescente. Las características de la personalidad durante la adolescencia se vuelven inestables: siente una exagerada preocupación por su salud y su aspecto físico, siente temor de ponerse en evidencia, se vuelve rebelde, lucha por su independencia, rinde cultos a ídolos, le teme al ridículo y al fracaso, tiene aspiraciones de ser importante en algún campo de la actividad humana.

Estas características no son reglas ni tampoco elementos que todos los adolescentes presentan, es un grupo de características que aparecen en la mayoría, mas no en todos.

La personalidad siempre esta en constante cambio ya que el ser humano no es inactivo sino evolutivo. En todas las etapas del desarrollo se presenta un ajuste en la personalidad de los individuos.

La búsqueda de identidad del adolescente esta relacionada con cambios físicos ya que a partir de ellos se forma una nueva imagen de su cuerpo, la cual contiene

aspectos externos como la familia, la escuela, los amigos, la relación con los padres, oportunidad de buscar un papel social, aptitudes y destrezas, identificación con el padre del mismo sexo (lo cual lo lleva a una identificación del rol sexual) y el planteamiento de expectativas en relación a su futuro.

El adolescente se presenta como varios personajes en una combinación inestable de varias identidades, ensaya diferentes papeles con el fin de encontrar alguno con el que mejor se identifique. El logro de la identidad se va desarrollando a medida que el individuo va cambiando e integra las concepciones que acerca de él mismo tienen las personas y grupos que lo rodean, asimilando los valores que forman el medio social. Es por esto que dentro del desarrollo psicológico se encuentra el desarrollo intelectual, que está directamente relacionado con el desarrollo físico y social.

2.2. DESARROLLO DE VALORES Y PROFESIONAL.

En ningún momento de su vida es probable que una persona se vuelva a sentir tan preocupada por los valores y normas morales como el adolescente. Por una parte, las capacidades cognoscitivas del adolescente proporciona que cobre una mayor conciencia de las cuestiones y valores morales y una mayor sutileza en la manera en como las trata; por otra parte, las demandas que la sociedad hace al adolescente están cambiando con velocidad acelerada y todo ello requiere de una continua reestimación de sus valores y creencias, especialmente en una sociedad llena de presiones. En tales circunstancias el problema de desarrollar un fuerte sentido de identidad no puede separarse del problema de los valores.

Para que los individuos puedan mantener alguna estabilidad interna tienen que ser fieles a sus principios básicos, aún cuando puedan tener que adoptar nuevas maneras de poner en práctica estos valores para hacer frente a las circunstancias cambiantes .

Sin embargo, solo al comenzar la adolescencia con el nuevo desarrollo del pensamiento operacional formal, la persona joven llegará quizá a las etapas postconvencionales del desarrollo moral, caracterizada por un gran avance hacia principios morales abstractos de validez universal, no vinculados a ningún grupo social en particular.

Los valores adoptados por los adolescentes no siempre pueden interpretarse como si representasen sus decisiones racionales a las que se haya llegado por lógica. A menudo los valores son elegidos en virtud de razones interiores y comúnmente inconscientes (Mussen, op. cit.).

Los adolescentes se sienten manipulados, marginados debido a que no se les deja participar en casi ninguna decisión social, lo que los convierte en contestarios que protestan de todo en forma mucho más libre que los adultos. No temen perder nada ya que nada poseen. El mundo no les gusta tal como es y luchan por cambiarlo.

El adolescente es un ser básicamente idealista. En su cabeza hay tantas ideas que podría parecer que tiene soluciones para todo, su capacidad creativa pareciera no tener fin. Los padres suelen quejarse de que tienen demasiadas cosas en la cabeza y que se olvida de los estudios, le reprochan en tono de burla que quiera ser "el salvador del mundo". Esto hace que en casa no diga lo que piensa, que se muestre apático y que se encierre en sí mismo en un mutismo ausente, que también será motivo de reproche.

Cuando el adolescente sale de casa y se encuentra con su grupo de amigos en el cual se siente reconocido y seguro parece otro, se convierte de nuevo en la persona creativa capaz de mover montañas, su gran sensibilidad hace que se exalte ante cualquier injusticia, protestando y luchando por lo que cree injusto.

Así nos encontramos con que los adolescentes son movilizados de ideas, pero no las que las llevan a cabo por que socialmente no pueden y porque su propia inestabilidad no se los permite. Por este motivo pueden luchar por las grandes causas aunque no les atañan directamente a ellos.

2.3. RELACIONES INTERPERSONALES.

2.3.1. AMISTAD.

La relación que se establece dentro y entre la personalidad del adolescente y la escuela es de una importancia considerable. Cada año escolar pide un nuevo reajuste. Tanto más fácil si el individuo presenta unas aptitudes intelectuales y una fuerte motivación personal o familiar.

La enseñanza no es solamente lo que cuenta en la escolaridad del adolescente. El marco material y el medio afectivo cuenta más que el aspecto directamente intelectual. La diferencia o deficiencia de este medio ambiente afectivo es responsable de la inadaptación escolar.

El adolescente tiene necesidades de establecer relaciones interpersonales con sus semejantes, sean individuales, sean para integrarse a un grupo. Para entablar estas relaciones el adolescente entra a veces en conflicto con la familia, pues es una de las libertades más cuestionadas para él.

El grupo de amigos la mayoría de las veces comparte la misma actitud hacia la escuela, los mismos gustos culturales como la música, diversiones y forma de vestir, es decir existe una identificación mutua.

Generalmente las relaciones de amistad atraviesan por una evolución:

1. Se presenta al inicio de la adolescencia (de los 11 a los 13 años aproximadamente). La amistad parece más centrada en las actitudes comunes

que en la interacción misma, existe poco énfasis en el intercambio mutuo a nivel de los sentimientos.

2. De los 14 a los 16 años, en donde el aspecto "seguridad" parece muy importante. Las relaciones amistosas deben basarse en una confianza recíproca. Ello puede ser analizado desde dos puntos: primero, la necesidades del adolescente de un doble de sí mismo que junto con él se encuentra enfrentando el mismo tipo de problemas (identificación); por otro lado a la edad de 14, 16 años responde casi siempre con los primeros amores, la amistad es un medio de compartir las propias emociones con alguien digno de confianza.

3. El último período es al final de la adolescencia, a los 17 años o más, se valora mayormente la personalidad y los intereses de los amigos, disminuyen las amistades del mismo sexo y de desarrollan más las relaciones heterosexuales.

En caso de carecía paterna encontrará en ello una compensación y podrá desahogarse, conservando una imagen de libertad.

En particular en las chicas, la búsqueda de amistad está mucho más marcada que la necesidad de pertenecer a un grupo, se busca a la amiga como un espejo de sí misma para confiar en ella.

El amigo ayuda a tomar posiciones respecto a las relaciones familiares y los profesores, a tomar decisiones para solucionar problemas de la vida cotidiana, le permite conocerse y juzgarse a sí mismo.

La amistad también se diferencia entre sexos, sobre todo en las expectativas que tienen acerca de la amistad: las muchachas conceden un alto valor a la intimidad y a la dependencia, a la sensibilidad y a la empatía; mientras que para los muchachos son ocupaciones corrientes, dan mayor importancia a la habilidad, la realización de actividades en pandilla o banda y a la autosuficiencia.

2.3.2. NOVIAZGO.

Las relaciones entre chicos y chicas experimentan cambios muy importantes en el período de la adolescencia. Aparece el interés de uno por el otro, el deseo de gustar y vinculado a este interés por la apariencia personal, la preocupación por ser atractivo.

La relación romántica puede desarrollarse dentro de las relaciones de compañerismo y amistad iniciando por realizar tareas o actividades comunes, pasando a lo que serán las citas, los paseos, las salidas de grupos mixtos ocasionando cambios en sus conductas, en sus actos, en sus reacciones y en sus estados de ánimo modificando sus estados psíquicos y de personalidad, despertándose el deseo por ser mejor y llevándolo a la autoperfeccionamiento.

El noviazgo en la adolescencia se caracteriza por una falta de autenticidad, y de estabilidad, es principalmente voluble, tanto el chico como la chica "adorna" a su pareja de cualidades ilusorias. La idealización del ser amado responde a una necesidad muy marcada a esta edad, al rechazo de todo termino medio y a la búsqueda constante de lo absoluto.

Todas las experiencias amorosas durante la adolescencia son útiles porque ayudan a la formación de la identidad sexual, dan pautas para el establecimiento de las relaciones de pareja en el futuro, ya que conducen al joven a introducir en su repertorio las formas de cortejo que son adquiridas en esta etapa.

El amor es el sentimiento más importante y valioso que descubre el adolescente. Si hasta entonces había sentido amor por otras personas, cosas o animales ahora encuentra una emoción totalmente diferente que supone una profunda experiencia psicológica en la que entra en juego toda persona. Con el amor se siente una atracción profunda y un deseo de compartir las intimidades, sueños y aspiraciones con la persona amada.

El amor elimina el sentimiento de soledad y trae consigo un componente sexual que tiende a la unión física y emocional. Si este amor es correspondido, el adolescente experimenta una facilidad que transforma por entero su comportamiento, idealiza al ser amado pero si esta persona desaparece de su vida experimentará sentimientos de vacío e inutilidad.

El primer amor necesita una meta necesaria y positiva, ya que supone un intento de concretar la propia identidad proyectando en el otro los deseos, temores e ideales. En el primer enamoramiento intervienen sentimientos tales como la temura y la atracción sexual. La solidez del amor requiere una maduración emocional que le proporciona mayor sentido a la realidad. El adolescente necesita desprenderse de actitudes egoístas, inadecuadas, intolerancias y exagerada posición para poder establecer una convivencia armónica; esto supone una plena aceptación del compañero con sus limitaciones, gustos y exigencias particulares, se debe ser capaz de cooperar y aprender a soportar las divergencias para congeniar con el otro.

Las relaciones heterosexuales son de un valor incalculable en el desarrollo psicosexual del niño, en la conducta del adolescente y en la vida activa del adulto.

El noviazgo es la época romántica que todos vivimos. Algunos la añoran, otros la disfrutan. Y no olvidemos al noviazgo como un medio para buscar la pareja ideal o que reúna cuando menos algunas de las cualidades de la pareja soñada para compartir un hogar (Conger, 1980).

Desgraciadamente no todo en la adolescencia es "color de rosa" ya que comienzan en todos los adolescentes las manifestaciones de los primeros problemas serios de la vida, de cualquier individuo, las primeras discusiones con los padres, comienzan a darse las primeras manifestaciones por la independencia

y es aquí donde se califica que tan buena es ó ha sido la comunicación entre padres e hijos.

CAPITULO 3

COMO SOBRELLEVAR LA ETAPA DE LA ADOLESCENCIA.

3.1. ¿ POR QUÉ ES IMPORTANTE LA ADOLESCENCIA?.

La situación de la adolescencia en el desarrollo infantil esta reflejada en otras de sus denominaciones: período de transición, difícil, crítico que registran la complejidad e importancia de los procesos del desarrollo que se operaran en esta edad, vinculados al paso de una época de la vida a otra. El paso de la infancia a la edad adulta constituye el contenido fundamental y la diferencia específica de todos los aspectos del desarrollo en este período: el físico, el mental, el moral y el social. En todos los aspectos se opera la estructuración de formaciones cualitativamente nuevas, aparecen elementos del adulto como resultado de la transformación del organismo, de la autoconciencia de tiempo de relaciones con los adultos y los compañeros de los modos de interacción social con ellos, de los intereses, de la actividad cognoscitiva y de estudio del contenido de las instancias ético-morales que mediatizan la conducta, la actividad y las relaciones.

La importancia de la adolescencia está determinada por que en ella se cimantan las bases y se esboza la orientación general en la formación de actitudes morales y sociales de la personalidad, que se siguen desarrollando en la edad juvenil.

El período de la adolescencia se considera difícil y crítico. Tal valoración está condicionada primero, por la multitud de cambios cualitativos que se producen en este período, los que a su vez asumen el carácter de transformación radical de las anteriores características, intereses y relaciones del niño. Esto puede ocurrir en un plazo relativamente breve, suele ser inesperado y hace que el proceso de desarrollo tenga lugar a saltos y de un modo tempestuoso. Segundo, los cambios ocurridos muchas veces están acompañados por la aparición en el propio adolescente, de considerables dificultades subjetivas de distinto orden y además por dificultades en su educación (el adolescente no se somete a la influencia de los adultos, surgen en él diversas formas de desobediencia, resistencia y protesta, terquedad, grosería, negativismo, rebeldía, aislamiento e introversión).

La sociedad intenta ayudar a su manera al adolescente, aunque solo sea asistiendo en su problemática. El adolescente vive cada vez con mayor intensidad y ansiedad una época en la que solo parece que existen dificultades para él. La prolongación de su adolescencia ha de permitirle mantener una conducta que una vez adulto no le será admitida, en contra partida le costara más alcanzar la autonomía y una plena independencia.

La adolescencia es el momento de la crítica por excelencia, suele ser el primer paso hacia una transformación personal o social. Algunas de las razones de tales críticas serán superadas en el camino hacia la adultez pues no tenían otra función que la necesidad de autoafirmación, pero en caso de permanecer, pueden dar pauta a una baja autoestima, déficit en habilidades sociales y en su asertividad.

También en esta etapa se tratan de eliminar temores que aún persisten, para modificar aquellos sentimientos que obstaculizan el crecimiento emocional fomentando el fortalecimiento de la conciencia. Estos son los años de adaptación, de imitación, años flexibles ya que dentro de poco tiempo los hábitos se fijarán y los sentimientos se reprimirán resultando más difícil corregirlos.

Esto no significa que los padres no desempeñen ya función alguna, por el contrario, su función es muy importante aunque completamente distinta a la ejercida con niños pequeños, ahora el adolescente necesita arreglárselas por su cuenta y sentir que sus padres están de tras de él, pero no para sostenerlo sino para aconsejarlo. Seguir protegiéndolo, frustrándolo en sus intentos de desarrollar independencia significa quitarle la habilidad y la confianza y la elasticidad para ingresar al mundo adulto (Gallagher y Harris, 1986).

Para convertirse en adulto el adolescente debe volver a fundamentar su personalidad sobre una base de autonomía, renunciar al estatuto dependiente que procedía de su subordinación a sus padres y a los adultos, para conquistar un estatuto independiente, hallar en sí mismo las razones de su propia autoestima y de su seguridad. El adolescente siente la necesidad de autonomía pero a la vez la de protección y seguridad por lo que la maduración de su personalidad depende del desarrollo de capacidades que permitan su libertad.

La madurez de la independencia se caracteriza por la capacidad: a) de sufrir frustraciones sin que sufra daño su autoestima, la independencia de sus decisiones, la capacidad de evaluarse críticamente y la capacidad de obrar; b) proponerse objetivos realistas e intentar alcanzarlos; c) formarse una opinión bastante exacta de su estatuto, de sus capacidades y de sus realizaciones y d) pedir a los otros lo que es legítimo y soportable (Lutte, 1991).

3.2. PROBLEMAS FRECUENTES Y ESPECIALES DEL ADOLESCENTE Y SUS CONSECUENCIAS.

Los riesgos de los adolescentes son mayores debido a que se encuentran en una búsqueda de identidad, de ahí que determinadas alteraciones en su proceso, pueden provocar actitudes inadecuadas como la violencia, las adicciones, las ideas suicidas, entre otras.

3.2.1. DELINCUENCIA.

Comienza generalmente en la niñez, tiene mayor presencia en la adolescencia y declina en la adultez. Según Papalia y Wendkos (1992) existen dos clases o categorías de delinquentes juveniles: uno es el ofensor de condición, es un joven que se ha escapado de la casa, es sexualmente activo, no ha obedecido las reglas de los padres o ha hecho algo más que es considerado de manera criminal (excepto cuando lo hace un menor). Otra clase de delincuente juvenil es aquel que ha hecho algo que es considerado un crimen sin importar quien lo concreta o quien lo cometa por ejemplo el robar, el violar o el matar.

Los muchachos están más propensos que las muchachas a meterse en problemas con la ley. Entre los predictores importantes de la delincuencia se encuentra la mentira, el robo, la vagancia y un bajo nivel cultural.

La delincuencia no es un fenómeno de clase sino el resultado de una turbulencia emocional que afecta a la gente joven de todos los niveles socioeconómicos. Muchas características de los padres están asociadas con la delincuencia en los hijos. El comportamiento antisocial en el adolescente tiene relación con la falta de habilidad de los padres en seguir la pista a las actividades de sus hijos y con el hecho de no disciplinarlos.

3.2.2. DROGAS.

Las investigaciones en adicciones se promueven aproximadamente a partir de la década de los sesenta. Esto no significa que el problema no se atendió antes, sino que a partir de esta época se incrementa la participación de científicos sociales analizando el contexto social, cultural, familiar, personal e individual, como factores predisponentes al consumo y/o abuso de sustancias.

Los métodos tradicionales para la investigación estaban asociados a una disciplina específica como Antropología, Sociología, Psicología, Derecho, entre otras, que si bien brindaban una explicación veraz de las características de las adicciones, dejaban fuera otras. De ahí que no resulte suficiente el acercamiento y análisis único o parcial para la comprensión de un problema tan complejo (Díaz, citado en Padilla, 1998).

El uso de drogas es una actividad que se realiza en forma individual o en grupos, afecta al usuario y sus relaciones se ven alteradas al interactuar con otros usuarios, amigos, familia y sociedad en conjunto.

La misma sociedad "propicia" algunas condiciones para provocar el uso de drogas y a su vez promueve la atención a los adictos generándose, una especie de círculo vicioso. Sobre todo en una sociedad caracterizada por la violencia, desintegración familiar, problemas de tipo económico, dificultades para el acceso

al estudio y al trabajo, todo esto coloca al joven en una situación de búsqueda de salidas a estas frustraciones, lo que lo está llevando hacia la adicción (Díaz, op.cit.).

Generalmente la adolescencia es el período donde se inicia el uso ilícito de drogas como respuesta inmediata a los problemas. Algunos autores consideran que es resultado de la curiosidad y del deseo de experimentar.

Entre las drogas ilegales más usadas se encuentran la marihuana, el LSD, la cocaína, anfetaminas, barbitúricos y la heroína. Entre las drogas legales se encuentra el alcohol y el tabaco, actualmente el consumo de estos, sobre todo del cigarro, se ha iniciado a edades tempranas y si a ello se agrega el papel de la publicidad como la radio y la televisión el problema es aún más grave.

Las investigaciones demuestran que los jóvenes cuyos padres emplean en forma excesiva las drogas, están más propensos a aficionarse a las mismas en comparación con otros adolescentes y que a menor edad de iniciación en el consumo, mayor probabilidad de desarrollar un problema serio de adicción.

En la actualidad, dado el conocimiento de la multicausalidad y multifactorialidad del problema, existe una tendencia a cambiar técnicas y a integrar los instrumentos cualitativos y cuantitativos, los cuales arrojan resultados diferentes pero complementarios a su vez, brindando diversas opciones para nuevos estudios.

De acuerdo a Reyes del Olmo (citado en Padilla, 1998) aún falta mucha investigación con respecto al tema de las drogas ya que para cuando los investigadores obtienen una respuesta a las preguntas planteadas, han aparecido en el mercado no sólo nuevas drogas o nuevas sustancias, también nuevas formas de empleo, nuevas combinaciones y un número mayor de consumidores experimentales que en el caso de los jóvenes, representa un riesgo alto para desarrollar una adicción y, en el caso de los usuarios, de desarrollar una poliadicción, es decir combinar ciertas sustancias: por ejemplo consumir primero alcohol, para neutralizar sus efectos consumir cocaína y para reducir la excitación provocada por ésta, consumir marihuana.

Además también menciona que la percepción de riesgo frente al consumo de sustancias es muy baja en el entorno social y por otro lado, la tolerancia hacia el consumo de las mismas es altamente elevada.

Lo más importante es reconceptualizar las adicciones a partir de una multidisciplinariedad, de la participación real de las diferentes disciplinas involucradas en el problema.

3.2.3. DESERCIÓN ESCOLAR.

No tiene una sola causa sino varias. Aquel que tiene que dejar de estudiar (desertor involuntario), aquel que tiene la capacidad pero que las circunstancias familiares y/o sociales no se lo permiten (desertor capaz), el que tiene la capacidad para realizar trabajos pero no los hace (desertor retrasado)

3.2.4. ANSIEDAD.

Es un temor repentino que puede ir acompañado de síntomas físicos como mareos, náuseas, vómitos, dolores de cabeza y trastornos del sueño.

Algunas de sus causas en los adolescentes son las relaciones perturbadoras con los padres, las preocupaciones de las exigencias de crecimiento, los sentimientos de culpa sobre impulsos sexuales, agresivos o de algún otro tipo.

Las reacciones de ansiedad se diferencian de los temores normales (situaciones reales y peligrosas) y de las fobias (temores irracionales) en que pueden ocurrir en cualquier circunstancia y no se limitan a casos u objetos específicos.

3.2.5. TRANSTORNOS AFECTIVOS.

Los trastornos afectivos se caracterizan por dificultades de estado de ánimo, ya sea de tristeza excesiva o lo opuesto, excitación frenética y júbilo ó gozo.

3.2.5.1. DEPRESIÓN.

Se cree que nuevas situaciones pueden provocar en el joven situaciones de tristeza y como estos sentimientos no se expresan, se presenta la depresión.

Una depresión es un estado de tristeza intenso y persistente. Durante una depresión las personas se perciben desesperanzadas y desanimadas y el tiempo marcha con lentitud. Los seres queridos, la comida, el trabajo, los pasatiempos y la recreación pierden su atractivo.

Como consecuencia las personas deprimidas se aíslan de otros, descuidan sus deberes y responsabilidades. Algunos son pasivos y letárgicos, otros inquietos y agitados. Las conversaciones de los deprimidos sugieren que son críticos de ellos mismos, se sienten culpables, están irritables y son incapaces de adquirir control de sus vidas. Pausan mucho cuando hablan y se concentran de manera excesiva en su persona, (Strack y cols., 1985 y Weintraub, 1981, citado en Davidoff, 1990), recuerdan menos y tienen problemas para aprender materiales nuevos.

Añadido a su sufrimiento está un riesgo mayor de mala salud, por que las funciones inmunológicas son menos efectivas durante la depresión (Maler y Laudenslager, 1985 y Schleifer y cols., 1984, op.cit.).

En algunas ocasiones las personas con grandes depresiones muestran síntomas psicóticos. Pueden experimentar alucinaciones, experiencias sensoriales sin bases en la realidad o escuchar voces que, por ejemplo, los acusan de pensamientos malignos. También pueden tener delirios o creencias muy irracionales.

Otros síntomas depresivos son fatiga, pesimismo, autoestima baja, ansiedades, insomnio, culpabilidad.

Según Mussen y cols. (1990) la depresión puede presentarse en dos formas: la primera es la que se expresa como sentimiento de vacío y que parece un estado de duelo y la segunda es la que se basa en repetidas experiencias de derrota en un tiempo prolongado.

Las depresiones no siguen un desarrollo común algunas alteran con puntos máximos normales o casi normales y otras son más constantes (Keller y cols., 1984)

Unas desaparecen con el tiempo, incluso sin terapia, pero otras continúan y no responden a tratamientos comunes. Las personas que se recuperan de las depresiones profundas suelen hacerlo en los primeros meses de terapia.

A menor edad de la presencia del padecimiento este será más crónico y de recuperación más prolongada. Suele presentarse además por vulnerabilidad genética o psicosocial y por condiciones ambientales persistentes.

Las tensiones, la vulnerabilidad genética o psicosocial y las condiciones ambientales persistentes intensifican y prolongan las depresiones.

3.2.5.2. SUICIDIO.

De acuerdo a Mussen y col. (op. cit.) los intentos de suicidio no son impulsos momentáneos sino el resultado de múltiples búsquedas de soluciones a los problemas sin aparente éxito. Es muy frecuente a partir de los 15 años y la mayor causa es la pérdida de una relación valiosa como puede ser un padre, un amigo o la pareja.

Es más frecuente entre hombres que entre mujeres, también existen diferencias entre los métodos empleados: las mujeres por ejemplo utilizan métodos pasivos como ingerir drogas, mientras que los hombres prefieren métodos activos como el colgarse o dispararse.

Algunos de los factores que precipitan el suicidio son: el embarazo, el fracaso escolar, conflictos con o entre los padres, rechazo de un amigo o de la pareja o un padecimiento mental.

INDICIOS DE RIESGO DE SUICIDIO EN LOS ADOLESCENTES (Conger, -op. cit.):

- 1.- Estado de ánimo continuamente deprimido o desesperado
- 2.- Alteraciones en el comer y/o en el dormir
- 3.- Disminución en el rendimiento escolar
- 4.- Aislamiento social gradual y por lo tanto una menor comunicación con las personas
- 5.- Ruptura de la comunicación con los padres y otras personas importantes en la vida del joven
- 6.- Antecedentes de intento suicidas o complicación en accidentes
- 7.- Comportamiento aparentemente temerario, autodestructivo y poco usual como el uso intenso de drogas o alcohol
- 8.- Comentarios del tipo " quisiera estar muerto ", o " para que vivir "
- 9.- Preguntas sobre las propiedades letales de las drogas, venenos o armas
- 10.- Sucesos que producen demasiada tensión nerviosa en la vida del joven como el fracaso escolar, la ruptura de un noviazgo o la pérdida de un ser querido.

De acuerdo a Baechler (1979, citado en Davidoff, 1990) los motivos para el suicidio pueden variar y dividirse en cuatro categorías:

1.Suicidios escapistas: generados por el anhelo de escapar de una situación "intolerable", los cuales suelen ser los más comunes. Es probable que los escapistas hayan experimentado una pérdida muy importante y se sientan deprimidos, culpables, avergonzados, ansiosos o sin valor y que vean el futuro sin esperanza.

2.Suicidios agresivos: son motivados por venganza: para crear remordimientos en alguien más ó para comprometer los en la muerte.

3.Suicidios oblativos: implican autosacrificio. Las personas sacrifican sus vidas por un ideal como una causa religiosa, el honor ó el país y se esfuerzan por alcanzar una forma de vida superior.

4.Suicidios lúdicos: son los que se presentan en el contexto de un juego ó prueba como la ruleta rusa, en donde arriesgar la vida es esencial para demostrar valor.

Los grupos que tienen más posibilidad de considerar el suicidio como un escape son los ancianos mayores de 70 años, los esquizofrénicos, los alcohólicos, drogadictos, las personas que tienden a la depresión, personas solteras sobre todo los divorciados, separados ó viudos.

Sin embargo debido a que muchos suicidios se encuentran disfrazados como sobredosis de drogas, accidentes automovilísticos y otros "accidentes", los verdaderos porcentajes son difíciles de calcular (Lester, 1983).

Finalmente los padres pueden hacer mucho ayudando a su hijo y demostrándole que se interesan por él, deben sobre todo buscar lo más pronto posible ayuda profesional y orientación psicológica para ambos (padre e hijo) aunque solamente exista amenaza o intento de suicidio.

3.2.6. PROBLEMAS EN LA ALIMENTACION.

3.2.6.1. ANOREXIA.

Es un desorden psicossomático presente sobre todo en las mujeres y que se caracteriza por un severo rechazo a comer.

La palabra anorexia quiere decir "apetito disminuido", su síntoma principal es el miedo a subir de peso y a la obesidad, no la pérdida de apetito. Es más común entre los jóvenes de 12 y 13 años de edad, pero también se puede presentar en niños.

Las personas con anorexia están obsesionados por el tamaño de sus cuerpos. Dicen que se sienten gordos aún cuando con frecuencia están delgados e incluso a veces demacrados. Aunque su pensamiento es normal en lo general, son completamente irracionales en lo que se refiere al peso. Es característico que los anoréxicos logren la pérdida de peso por medio de la reducción total de ingestión de alimento, realizan ejercicio en exceso, se autoinducen el vómito y usan laxantes.

A menudo muestran una serie de hábitos raros que delatan su preocupación por la comida: atesoran ó tiran alimentos a la basura, preparan comidas elaboradas para otros ó invierten varias horas en comer poca comida (Davidoff, 1990).

Los cambios bioquímicos y fisiológicos se presentan antes de que la disminución de peso se haga significativa, terminan los períodos menstruales en las mujeres y el impulso sexual en los hombres, tarde o temprano aparecen sin tomas de debilidad, al principio se manifiesta anemia, piel seca y úlceras en la boca. Se asocian impedimentos mentales (como dificultad para concentrarse y reacciones lentas) con anomalías del cerebro que pueden revertirse si el peso regresa a lo normal (Kohlmeyer, 1982; citado en Davidoff, op.cit).

Los anoréxicos llegan a morir hasta en un 20% de los casos, pueden padecer de hambre o ser víctimas de problemas del corazón. El suicidio también es muy frecuente en estas personas.

Las causas son difíciles de determinar pero existen factores de predisposición como una tendencia a la depresión, dificultades de identidad, una enfermedad, alguna pérdida que ponga en peligro la autoestima, nuevas exigencias, tensiones, presiones sociales para estar delgado. Una vez que se ha iniciado es posible que sea mantenida por pensamientos obsesivos sobre dietas y la delgadez. Para algunos terapeutas es síntoma de un mal funcionamiento familiar.

Según Papalia y Wendkos (op. cit.) afecta a personas amistosas y brillantes, suele parecer en las jóvenes como respuesta a algún comentario que de ella se hace, en concreto de que esta gorda o bien, después de la primera menstruación.

3.2.6.2. BULIMIA.

Muchos psicólogos piensan que la bulimia es una forma de anorexia (Gamer y Garfinkel, 1982, y Schlesler-Stropp, 1984, citado en Davidoff, op. cit.) en parte por que casi la mitad de los anoréxicos presentan síntomas bulímicos.

Los bulímicos son perseguidos por conflictos relacionados con la comida y están obsesionados con su peso, que a menudo es normal. Al igual que los anoréxicos sufren de ansiedad y depresión.

Se caracteriza por episodios regulares de ingestión de grandes cantidades de comida, seguidos de extrema incomodidad física y emocional, vómito autoinducido o uso de laxantes para vaciar el cuerpo.

Con frecuencia la bulimia comienza en la adolescencia o al principio de la edad adulta y continúa por muchos años. A pesar de que la bulimia se observa en especial entre las mujeres, también son vulnerables los hombres atletas, modelos, bailarines y personas que deben regular su peso.

El primer síntoma de la bulimia es el "atacón", en una sola "sesión", es posible que consuman hasta 20000 calorías.

La bulimia es más común que la anorexia y causa deterioro en los dientes, irritación gástrica y pérdida del cabello. La causa más frecuente de muerte entre los bulímicos es el suicidio.

3.2.7. EMBARAZO PRECOZ

El embarazo no deseado en la adolescencia representa un problema importante para varios países del mundo, entre ellos el nuestro.

Una de las causas del aumento de embarazos es la iniciación cada vez más temprana de la actividad sexual. Además de que las jóvenes rara vez buscan información sobre anticonceptivos hasta que han iniciado su actividad sexual un año o más. Sin embargo una de las razones de no utilizar anticonceptivos es el no

pensar que podrían quedar embarazadas por la fecha de su período menstrual, por la edad o por la frecuencia del coito (Conger, op. cit.).

Dentro de las consecuencias de este problema, que son diversas y variadas y que afectan a la madre, tanto si decide o no abortar, a su pareja, a los padres de ambos, al futuro del niño y de la sociedad.

Carpintero (1995) menciona que los factores asociados a la ocurrencia van más allá de la falta de información sexual y de anticonceptivos ya que influye toda una serie de factores tanto históricos como culturales.

3.2.8. ENFERMEDADES VENEREAS.

Este tipo de enfermedades se transmiten habitualmente por intensas caricias íntimas o por copula sexual. A diferencia de otras enfermedades no siguen su curso y luego desaparecen, deben ser tratadas por un médico ya que de lo contrario pueden causar un daño significativo al cuerpo aún cuando desaparezcan los síntomas (Gale, 1989).

3.2.9. HIPOCONDRIA

Son síntomas físicos imaginados. Los adolescentes se preocupan en exceso por su latido cardíaco, su respiración o algún otro padecimiento menor que pueden de verse a los rápidos cambios físicos y sexuales que experimenta el joven.

Todos los problemas antes mencionados parece ser que tienen que ver con la forma en que algunos adolescentes responden a las demandas y exigencias de su ambiente, de ahí que la naturaleza y el número de cambios que se producen requieren de estrategias efectivas de afrontamiento.

Para evitar y prevenir estos problemas los padres o las personas responsables del adolescente deben tratar de mantener abiertas las líneas de comunicación con sus hijos, pueden hablar con ellos, escucharlos y estimularlos para que les platicuen lo que les preocupa; deben además recordar que son un modelo a seguir para sus hijos y que aprenderán según la forma en que sean educados.

3.3. CONDUCTAS DETECTABLES ANTE UN PROBLEMA.

Muchas de las dificultades emocionales de los adolescentes cuando se identifican a tiempo, pueden solucionarse rápidamente.

Los padres, profesores y personas cercanas al adolescente están en una posición estratégica para detectar los primeros indicios de un problema. El reconocimiento de estos signos depende en gran medida de una relación continua; sin embargo, a veces la familiaridad parece que perturbará la

percepción, y puede ocurrir que un extraño inmediatamente perciba un comportamiento raro que no se haya observado.

Cuando un adolescente es escuchado atenta y activamente, puede clarificar una situación que lo confunde y eliminarla rápidamente. Teniendo que escucharlo tan pronto como aparezcan los problemas y ayudarlo a que encuentre solo o con ayuda las palabras apropiadas para describirlo. La persona que escucha debe ser capaz de abandonar su identificación con los adultos intentando ver el problema a través de los ojos de un adolescente convirtiéndose esto en uno de los métodos más eficaces (Gallagher, op. cit.).

A continuación Schwebel (1989) expone una lista de signos que podrían indicar cuando el adolescente se encuentra en problemas:

ESCUELA.

- Mayor abstencionismo y llegar tarde a clases
- Disminución en las calificaciones
- Problemas de conducta en clase
- Actitud negativa en relación con la escuela

VIDA SOCIAL / AMIGOS.

- Abandono de antiguas actividades
- Abandono de viejos amigos
- Trato con nuevas amistades que pueden estar inmiscuidas en problemas de alcoholismo, drogas, pandillas, etc.

VIDA EMOCIONAL.

- Cambios básicos en el modo de ser: los que salen mucho ahora están constantemente en el hogar, los que no salían ahora es difícil verlos en casa, los tranquilos se vuelven inquietos.

- Mayor indiferencia en relación con todo: escuela, deportes y otras actividades.

FAMILIA.

- Actitud muy reservada
- Alejamiento de la familia
- Menor responsabilidad en el hogar
- Mayores conflictos en el hogar

EFFECTOS FISICOS.

- Deterioro en la higiene personal

- Pérdida de peso
- Trastornos del sueño
- Fatiga o hiperactividad

Algunas formas de comportamiento que los padres pueden adoptar son:

a) La importancia de expresar afecto, amor y respeto: hacer que los hijos se sientan queridos, que lo sepan y que se les demuestre con palabras ("te quiero", "eres un buen hijo"), y con actos (un abrazo, un beso, una caricia).

b) Cuidar que nunca se asocie una caricia o una buena observación con un reclamo o demanda, por ejemplo: "eres muy bueno en artes manuales, ojalá así fueras en matemáticas".

c) Tratar de demostrar el afecto lo más seguido posible y utilizarlo también para reconocer logros o motivarlo a que realice algo.

d) Demostrar a los hijos que los padres no solo exigen, sino que también son capaces de dar sin recibir nada a cambio.

e) Mostrarse interesado en lo que los hijos hacen, sienten y piensan además de prestarles atención.

f) Promover en el adolescente la autoconfianza, la autoestima, la autoaceptación y darles libertad de decir lo que piensan y sienten sin temor.

g) Alentar y premiar la sinceridad, pedir opinión a los hijos y preguntarles siempre su punto de vista ante cualquier decisión familiar.

h) Que los adolescentes sepan que los padres siempre los van a apoyar.

i) Hacer correcciones en la conducta del joven no en su personalidad: "mira que desorden tienes, eres de lo peor" (crítica a su personalidad), la conducta correcta es "hijo, dejaste tu recámara revuelta por favor en cuanto tengas tiempo no olvides escombrar tu cuarto".

j) Nunca subestimar al hijo, por el contrario alentarlos a aceptar desafíos que él considera inalcanzables.

k) Antes de dar ordenes injustas, castigos o regaños, incitarlos a que ellos mismos den alternativas que beneficien a ambos y después los padres den su opinión, tratando de rescatar lo que su hijo aportó lo cual le ira creando la habilidad para resolver problemas.

3.4. CONDUCTAS DE INQUIETUD SEXUAL.

Lo que se ha hecho cuando el niño tenía dos, cinco o diez años de edad no puede deshacerse, cuando tiene catorce, diecisiete o veinte: debe ser tratado en términos de la nueva persona en que él se ha convertido.

En materia de educación sexual, como en otras áreas los padres deben edificar sobre fundamentos anteriores. La educación sobre materia sexual debe ser completa antes de la pubertad. Durante la adolescencia, la educación debe ser dirigida hacia el significado de la sexualidad, al significado de las propias exigencias corporales del joven, a contestar sus dudas.

A pesar de todo su conocimiento, muchos sienten que son sexualmente anormales en cierto aspecto, y la única manera de asegurarlos sobre esto es saber cómo es la gente en general. al tratar con un adolescente es especialmente importante reconocer que es posible ser franco y realista en materia sexual sin abandonar todos los standars morales.

Desde hace tiempo existe la firme convicción de que informar a los adolescentes sobre el sexo era " poner ideas en sus cabezas", y un equivalente a corromperlos. Las ideas y los deseos, obviamente ya están allí y el problema consiste en aclararlos. Se ha demostrado ahora que el conocimiento y la comprensión del sexo, lo capacita para vivir más fácilmente con su propia sexualidad; su comprensión le permite una mejor capacidad para su manejo y no se ve forzado por su falta de conocimientos a experimentar. Durante la adolescencia y aun antes, es importante comprender la constitución y los sentimientos del sexo opuesto de manera de poder reaccionar más apropiadamente (Stone y Church, 1989).

Los códigos morales particulares que los padres tratan de impartir a sus hijos varían de una familia a otra, de una a otra religión y de acuerdo con el medio social; pero todos estos códigos pueden encontrar argumentos sobre bases psicológicas para la restricción sexual, no es la restricción sino una angustia y una culpa irracionales y excesivas las que producen estragos en la gente.

La mayoría de las relaciones de los adolescentes son solo provisionalmente permanentes y son una parte necesaria del aprendizaje y del crecimiento, son una preparación para el amor maduro. El adolescente se enamora primeramente de sí mismo, proyectando su lado idealista en casi todo aquel que le ofrezca el menor estímulo.

Muchos padres temen que sus hijos se enamoren, y consideran las citas y las salidas continuas de una misma pareja como peligrosas pero después comienzan a temer o preocuparse si este no muestra signos de enamorarse.

Los padres si pueden pensar retrospectivamente en el pasado, en su propia adolescencia, reconocerán y respetaran los sentimientos del hijo, ahora ellos

pueden servir como ejemplo o como entrenadores, aunque también existe influencia externa como la escuela y la sociedad.

Los padres tienen diversas preocupaciones con respecto a las actividades no vigiladas en el dormitorio: algunos temen que sus hijos estén experimentando con drogas, otros temen que en la intimidad del dormitorio sea una tentación demasiado fuerte para los " enamorados" y otros creen simplemente que es incorrecto que los adolescentes de sexos opuestos permanezcan en una habitación durante mucho rato. Algunos padres evitan esta situación estableciendo la norma de que los adolescentes no pueden permanecer solos en su habitación junto con sus amigos y amigas bajo ningún concepto; de este modo el problema de los padres queda resuelto, pero los muchachos sienten que se les trata en forma injusta o que sus padres simplemente no confían en ellos.

Pero la mayor parte de las preocupaciones de los padres surge de la inquietud respecto a la naciente sexualidad del adolescente hasta los padres más liberales, que siempre se han sentido cómodos en relación con el tema del sexo y de su propia sexualidad, se resisten a que sus hijos se conviertan en seres sexuales, les resulta difícil aceptar que su hijo ahora tiene las mismas necesidades y deseos que un adulto, incluyendo el sexo.

Los padres también tienen conflicto con los valores, desean que su hijo comparta sus ideas sobre todo en lo referente al sexo, cuando los adolescentes comienzan a tener una conducta sexual, cuando tienen novio o novia los padres se dan cuenta de que existe otra persona significativa en sus vidas y esto suele ser doloroso para ellos (Fleming, 1992).

3.5. ¿ COMO ESTABLECER COMUNICACION CON LOS ADOLESCENTES?

La comunicación atrae el interés de un número cada día mayor de estudiosos, ya que es un maravilloso fenómeno social que confirma al hombre y a la sociedad al permitirle al ser humano relacionarse con sus semejantes; es mediante esta como se organiza la interacción de los seres humanos, así mismo constituye una parte inseparable de la existencia social y un medio de formación y funcionamiento de la conciencia tanto individual como social teniendo como meta abrir la brecha entre el mensaje que se desea transmitir y el que realmente se percibe por otras personas.

Sin embargo parece una ironía que el hombre moderno que ha sido capaz de desafiar a los elementos naturales sea incapaz de entenderse con sus semejantes.

Entendiendo por comunicación al acto de relación entre dos o más personas y por medio del cual emisores y receptores de mensajes interactúan en un contexto social dado (familia, escuela, trabajo, etc.).

En su forma más simple, el proceso de comunicación es toda modalidad de relación que expresa ideas, mensajes, órdenes, actitudes, expectativas y lo más importante afecto.

Además, debemos tomar en cuenta que la comunicación debe cumplir ciertas funciones en las cuales esta inmiscuido el ser humano; dichas funciones son:

- a) Recibir y transmitir mensajes (obtiene información)
- b) Reconstruir el pasado
- c) Anticipar hechos futuros
- d) Que existan nuevas relaciones entre emisor y receptor. Por otro lado, la comunicación en un sentido general, se refiere no solo a situaciones en las que hay un mensaje emitido en forma oral, sino también al hecho de escribir o de mover la cabeza hacia los lados para indicar desacuerdo. Así mismo la comunicación puede ser oral, escrita o gestual. También es importante mencionar que la comunicación cuenta con una serie de condiciones para llegar a ser eficaz para él ser humano, dichas condiciones son:
 - 1) Poner atención a la otra persona. La atención se refleja por medio de a) contacto visual mirando a la persona a los ojos; b) gestos, movimientos y postura y c) la respuesta verbal al mensaje.
 - 2) Posibilidad de actuar como espejo. El objetivo de actuar como espejo es desarrollar nuestra capacidad para comprender y asimilar las experiencias y opiniones ajenas tal como las concibe la otra persona
 - 3) Habilidad para expresarse directa, clara y oportunamente siendo necesario saber cómo y cuándo hay que hacer un comentario.

Por otra parte, la comunicación cuenta con ciertas características que deberían tomarse en cuenta para establecer dicho proceso:

- a) La comunicación no sólo es continua, sino también inevitable. Cuando dos o más personas se reúnen, la comunicación es constante aún en períodos de silencio, pues también se comunican, sólo que a nivel no verbal. La generación de mensajes hacia otro ser humano se llama comunicación interpersonal, mientras que la generación de mensajes dirigidos a nosotros mismos se denomina comunicación intrapersonal; estas permiten compartir las impresiones sobre objetos, acontecimientos y personas.
- b) La comunicación es irreversible porque lo comunicado en un momento no puede borrarse o ignorarse. Todo lo que comunicamos forma parte de nuestra historia de interacción siendo posible negar lo que dijimos o insistir en que nuestras expresiones faciales o comentarios fueron mal interpretados pero dichas justificaciones sólo proporcionan nueva información a nuestros receptores quienes la incorporan y pueden modificar lo que piensan.
- c) La comunicación es un proceso. Es un proceso dinámico por que implica un intercambio constante de información. No tiene un inicio ni un final (él inicio

es cuando somos capaces de emitir un mensaje y el final será el momento en que esta capacidad desaparezca).

d) El espacio físico puede tener una influencia importante (Rangel, 1984).

Por lo que hay maneras buenas de decir las cosas y también hay maneras malas de decirías. Hay modos que incitan a la cooperación y hay otros que sirven para provocar una pelea. La mayoría de nosotros no nacemos con la habilidad para comunicarnos, sino que debemos aprenderla, y cuando la aprendemos bien, la convivencia con los adolescentes o con cualquiera se facilita mucho (Brausko, 1988).

A través de la niñez se va adquiriendo un tipo de lenguaje estático, es decir, palabras que tienen significado para ellos, pero que no pueden usar con facilidad en una conversación común. El paso del lenguaje estático al dinámico ocurre en los primeros años de la adolescencia. Durante este período, las palabras que siempre entendían se convierten gradualmente en palabras con significados para ellos y en consecuencia ahora les sirven para expresar sus propios sentimientos y necesidades

emocionales, sin embargo los jóvenes varían con respecto a la edad en que adquieren un vocabulario activo que les permita expresarse libremente, por lo tanto se debe estar preparado para ofrecer una palabra como la solución posible, cada vez que el adolescente la busque, si la palabra que se le ofrece es la correcta el adolescente se apropiará de ella y la usará una y otra vez hasta que pase a formar parte de su vocabulario. Con adolescentes menos verbales esto es especialmente importante ya que las palabras sugeridas les pueden ayudar a expresarse.

De esta manera los niños cuyo sentimiento ha sido respetado a lo largo de la infancia, no están propensos a cerrarse cuando experimentan los trastornos emocionales de la adolescencia.

La comunicación como eje principal para el entendimiento y comprensión de los miembros que forman una familia, se debe proporcionar en diferentes niveles: primeramente debe existir una buena comunicación entre ambos padres, para que de esta forma se realice un modelo extensivo hacia los hijos.

Hurlock (1987) menciona que hay dos auxiliares para la comprensión: la comunicación y las experiencias compartidas. Por medio de la comunicación, el individuo es capaz de comprender el punto de vista de otras personas y de expresar el propio. Saber escuchar es un arte activo no pasivo, que le exige al escucha atención constante al juego de sentimientos que se da cuando dos personas hablan juntas.

En la comunicación entre un adulto y un adolescente entran muchos elementos además del intercambio verbal. Estos componentes no verbales están presentes en toda conversación pero son tan automáticos que rara vez se es consciente de

ello: la expresión de los ojos, el tono de la voz, la inclinación de la cabeza, el uso de las manos, tienen un significado especial por eso es importante que cuidemos y seamos conscientes de los que transmitimos con nuestros movimientos y expresiones faciales.

Lo ideal sería que tanto los jóvenes como sus padres pudieran expresarse abiertamente los sentimientos de los unos para con los otros (Jersild, 1972).

Gutiérrez y cols. (1980, citado en Ham y Tapia, 1980) indican que una comunicación amplia y exitosa es aquella donde se manifiestan los sentimientos positivos de amor y aprecio, así como diversas inquietudes de agrado y desagrado, se establecen acuerdos, se exigen derechos y deberes sin llegar a la agresión verbal y/o física tomando en cuenta elementos como la postura, los movimientos corporales, el contacto visual y las gesticulaciones, por ejemplo: cuando un adolescente deja que sus palabras y sus sentimientos fluyan, se debe reservar todo tipo de comentario o sugerencia, solo se debe hacer en un primer momento un gesto o sonido de aprobación o comprensión.

Algunos autores mencionan que para que la comunicación padre-hijo tenga éxito la voluntad de comunicarse debe estar acompañada del respeto por las opiniones de ambas partes, ya que si esto no sucede puede existir una ruptura en la comunicación debido a la falta de comprensión, teniendo origen significados extraños o equivocados de lo que se dice.

Durante los años de la adolescencia los padres deben de encontrarse disponibles para sus hijos. Esta disponibilidad implica más que simplemente estar ahí, deben escuchar los mensajes de este tanto los que pueden expresarse verbalmente como los que permanezcan en un nivel no verbal.

Los temores se desvanecen o se vuelven manejables a través de la comprensión y de una comunicación entre padres y adolescentes (Caprio y Caprio, 1973).

Los conflictos más comunes con los padres se refieren al momento de regresar a casa por la noche, a la cantidad de veces que el adolescente sale de noche durante la semana, a la persona con quien tienen cita, a las amistades que elige, a las tareas domésticas, al dinero para los gastos, a las calificaciones escolares y a la vestimenta, sin tomar en cuenta que el mantener "un estado de guerra" con los padres sirve para separarse de ellos, desquitarse de los agravios supuestos o reales y para llamar la atención cuando no se puede conseguir de manera más eficaz, dichos conflictos normalmente no son resueltos por medio del diálogo y mucho menos de común acuerdo, sino que son tratados en medio de un clima de agresiones y cuando existe solución de estos en algunos casos favorecen la reestructuración de las relaciones familiares y en otros puede suscitar en el adolescente sentimientos de culpabilidad y de ansiedad que provocan el abandono de los esfuerzos por una autonomía (Fuentes, 1989).

Es mucho más fácil que los adolescentes admitan y reconozcan los motivos por los que discuten, difieren o pelean que sus propios padres. Pelear no es jamás una actividad unilateral, requiere de la cooperación de dos personas por lo menos.

¿ POR QUÉ PELEAN LOS PADRES CON SUS HIJOS ADOLESCENTES?

* Por que quiero hacerle daño y castigarlo*: cuando los niños son pequeños los padres pueden enviarlos a su cuarto, hacer que se queden en el patio o incluso darles unas palmadas. Cuando los hijos ya son grandes, los padres recurren en ocasiones a pegarles psicológicamente, humillándolos, creando una atmósfera de tensión constante. Es una manera de herir a alguien que ha llegado a tener mayor tamaño y fuerza que el padre. Es un círculo vicioso y destructivo, que cualquiera de las partes pueda interrumpir, con poner en práctica nuevos comportamientos.

* Por que él o ella no me gusta*: es una reacción que se genera normalmente al ponerse ante él en la posición de adversario y fijarse en todos sus atributos negativos más que en los positivos. Es difícil que a uno le guste alguien con quien se está peleando constantemente.

* Si le hablo amablemente y lo trato bien, le estoy dejando ganar*: ¿ quién será el más listo de los dos, ¿quién puede ganar ?. Pasar un rato agradable juntos y platicar normalmente son cosas que se hacen casi imposibles. Cada uno analiza hasta la última palabra en busca de una posible intención de herir y de un signo de debilidad. El objetivo es ganar, derrotar para estar seguros de que el adolescente entiende quien es mejor, superior y más listo ni si quiera se le escucha.

* Si se acaban las peleas, ¿ A qué quedará reducida la relación con mi marido (o mujer)*: algunas parejas dicen que siguen juntas por los hijos. El chico malo les sirve de tema de conversación, hace cosas que impone a los padres la necesidad de sumar sus esfuerzos y es un enemigo común, son padres que si ya no pueden compartir otra cosa, por lo menos pueden compartir el dolor; cuando el chico abandona la escena, esto crea una crisis y algún otro hijo tendrá que asumir el rol y el ciclo continúa hasta que ya no les queden más hijos.

* Pobre de mí, mira cuanto sufro*: hay personas que no se sienten importantes si nadie se compadece de ellas. Algunos padres aportan los granitos de arena a las peleas con los hijos, para así tener una lista d injusticias y poder quejarse públicamente de ellas.

Quando se dan cuenta de las razones por las que pelean, podrán decidir si quieren que la situación continúe. Es importante mencionar que cualquier pauta de comportamiento que se haya aprendido se puede desaprender solo es cuestión de tomar la decisión y practicar mucho. No es necesario que el adolescente decida dejar de pelear al mismo tiempo si el padre deja de hacerlo no le queda otra opción.

HABILIDADES COMUNICATIVAS QUE PUEDEN AYUDAR A NO CONTINUAR PELEANDO.

Tomando en cuenta todo lo anterior y que vivimos en un mundo de comunicación, la vida se nos va en platicar, discutir, informar, persuadir, ser informados, ser persuadidos, ordenar, etc., y al no poder entendernos con alguien, al no poder expresarnos, al no sentirnos comprendidos y aceptados, nos sentimos mal, al bloquearse la comunicación intrapersonal por obra de las represiones nos neurotizamos ya que parte del fracaso de la comunicación se debe a factores externos (ruido, espacio, lugar) e internos (emociones, tensiones o problemas) y es en ese momento cuando se presentan los problemas dentro de la familia principalmente ya sea por la mala comunicación que existe entre padres o entre hijos y más aún entre padres e hijos.

Considerando que el conflicto familiar se acentúa comúnmente entre padres con hijos adolescentes esperándose generar nuevas formas de negociación conforme a las necesidades de ambas partes; siendo necesario que tanto padres como hijos aprendan comunicar sus sentimientos y a expresarlos de manera honesta y no agresiva, cuidando la forma de transmitir cada mensaje, utilizando un lenguaje preciso y congruente tanto en lo verbal como en lo no verbal.

Si se acepta que la mayoría de las familias enfrentan algunos problemas para manejar adecuadamente la relación con sus hijos e hijas adolescentes y que dicha problemática puede estar íntimamente relacionada con procesos de comunicación, entonces se puede contribuir a mejorar la situación, aplicando los siguientes principios:

- 1) Iniciar los mensajes con el pronombre YO para expresar sentimientos y expectativas, asumiendo la responsabilidad de lo que se está expresando.
- 2) Cambiar la forma imperativa de ordenar o reclamar, por ME GUSTARIA.
- 3) Tratar de que lo que se diga corresponda a lo que se piensa o siente para que los mensajes sean congruentes.
- 4) Meditar acerca de lo que se desea decir y como se va a decir antes de abandonar un tema importante.
- 5) No deje huecos en sus mensajes.
- 6) Percibir el nivel de atención del adolescente o la otra persona con quien se está hablando.
- 7) Si la discusión verbal es excesivamente dolorosa, emotiva o decepcionante se debe tratar de escribir lo que se piensa y siente en una carta dirigida a la persona con quien se trata de comunicar.

Estos principios, a su vez dan lugar a una serie de actitudes que pueden ayudar a mejorar la comunicación entre padres e hijos, y en general entre las personas. Enseguida se enlistaran algunas medidas que pueden contribuir a mejorar la comunicación:

- Clarificar mejor nuestros propios deseos e intereses
- Expresar verbalmente de manera clara, abierta y directa los sentimientos y expectativas
- Indagar los sentimientos y expectativas del otro
- Establecer acuerdos comunes de manera verbal
- Respetar y actuar de acuerdo a los sentimientos y expectativas de uno mismo.

La más importante de las habilidades en el terreno de la comunicación es escuchar. Escuchar significa realmente entender lo que la otra persona esta diciendo, y tener la capacidad de comunicarle que se le entiende. Esto no quiere decir simplemente no interrumpir ni oír las palabras.

Además también existen otros modos de mejorar la claridad de las comunicaciones con los adolescentes:

- La comunicación eficaz comienza con la claridad del mensaje enviado de una persona a otra, sencillamente lo que es obvio, ya que si se emite un mensaje ambiguo incluso el oyente más atento puede confundirse y verse obligado a adivinar el sentido. Lamentablemente los padres envían a sus adolescentes mensajes de difícil aclaración con más frecuencia de la que ellos mismos se imaginan y los adolescentes tienden a escuchar con atención solo cuando les conviene. Examinando alguna de estas causas en primer lugar encontramos el problema obvio del progenitor que no dice lo que el realmente quiere decir, una segunda parte es proveniente de los mensajes contradictorios que a veces envían los padres y un tercer aporte aparece cuando los padres no definen bien lo que ellos mismos dicen.

- Alentar al otro a que siga hablando con un tono de voz afectuoso, expresando corporalmente el interés por seguir escuchando.

- Compartir los propios sentimientos: " sí, te entiendo, a veces a mi también me pasa lo mismo". Muchas veces los adolescentes no creen que sus padres hayan sentido algo parecido a lo que ellos están viviendo.

- Volver a expresar lo que se dijo: estimular a alguien a que siga hablando ayuda a que esa persona sienta que se interesa, volver a expresar lo que él o ella dijo hace que el individuo se sienta comprendido, se trata de repetir o resumir lo más importante de lo que se ha dicho con palabras ligeramente diferentes.

- Reflejar los sentimientos: es la mejor manera de comunicarle a alguien que se le entiende. Para la mayoría de las personas es una habilidad difícil de aprender al

principio cuesta trabajo pero después sin proponérselo se reflejaran los sentimientos de alguien y se convertirán en parte de uno mismo.

Al empezar a modificar el método disciplinario mediante la auto observación, se podrá notar un cambio positivo en el adolescente. Se puede fomentar un clima positivo aprendiendo a comprender los sentimientos del chico y desarrollando una mayor empatía, será preciso que reflexione el padre sobre su propia adolescencia. La cuestión es que si realmente reflexiona sobre las relaciones con los demás, se tomara conciencia de cuanto cuesta a todos tener claros nuestros sentimientos y ser sensibles ante los demás. Pero aprender a comprender es la única forma en que lograra que el adolescente lo escuche.

La negociación es el proceso de ponerse de acuerdo en algo, puede significar la resolución de un problema o el renacimiento de una dificultad. Las técnicas de negociación promueven un comportamiento y actitudes a través de la comunicación eficaz, la resolución de problemas, la comprensión de los sentimientos del joven y el uso sistemático de las consecuencias.

La negociación le exigirá todas las habilidades como observador, pues se le pedirá que escuche y evalúe las peticiones y las ideas de su hijo o hija. Su voluntad de considerar la visión que tiene el adolescente de un problema es la base de la negociación fructífera de la comunicación.

Para comenzar a tener un mejor entendimiento y menos conflictos con el adolescente deberá escuchar su opinión y considerarla, antes de pedirle que lo escuche a usted. Los adolescentes no deben ser escuchados como niños pequeños, sino como jóvenes que dan una opinión aunque sólo haya experiencias limitadas.

La negociación no es una oportunidad para que el adolescente abuse del padre o insista demasiado en sus necesidades especiales; ya que una buena negociación significa también aprender a establecer límites a las demandas excesivas del hijo. A algunos jóvenes el simple hecho de que se les escuche los hace sentir mejor, ésta es la ventaja de una buena comunicación.

Como, veremos a continuación la negociación para una buena comunicación se logra por etapas que dependen de las reacciones que tenga el padre ante su hijo:

PRIMER PASO.

Elija un momento en que se sienta tranquilo y no tenga prisa. Estos momentos pueden ser escasos, pero intente al menos disponer de algunos momentos sin interrupciones para establecer las normas de la negociación.

SEGUNDO PASO.

Puede que a su hijo se le ocurra una solución razonable que usted desea probar, pero que después él no siga aplicando, no lo acuse de ser indigno de confianza. Si su hijo o hija no cumple su parte del trato lo que debe hacer usted, es formular una advertencia.

TERCER PASO.

Si después de su advertencia el adolescente sigue sin cumplir el acuerdo negociado, usted debe asumir nuevamente la responsabilidad de las decisiones.

CUARTO PASO.

Este paso es esencial en la disposición e imposición de la disciplina y consiste en elogiar cualquier esfuerzo que haga el adolescente por atenerse al plan que se ha negociado. La mayoría de los padres elogian poco a su hijo menos de lo que sería necesario para mantener un clima positivo.

3.6. ASERTIVIDAD.

La asertividad es una estrategia de comunicación clara y abierta, que permite que la interacción que se da en las relaciones interpersonales sea satisfactoria.

El no expresar lo que realmente se siente puede causar ansiedad, estrés, problemas familiares, en el trabajo, en las relaciones sociales, etc.

Estudios en el área de la comunicación sobre aspectos personales, han encontrado que una vez que la gente se expresa abiertamente, experimenta una mejoría en sus relaciones con otras personas.

En el área familiar, el lograr expresar claramente lo que se siente y se desea, evita malos entendidos, permite la verdadera satisfacción de necesidades y el establecimiento de relaciones constructivas para toda la familia.

Considerando que los animales defienden sus derechos y necesidades mediante la agresividad, y si esto no les resulta huyen y se alejan. El hombre primitivo hacia lo mismo. Estas dos formas de reaccionar no son necesariamente negativas, sin embargo la vida actual exige otras formas inteligentes de defender derechos y necesidades surgiendo así la utilidad del diálogo. El lenguaje surge para el ser humano, como un magnífico instrumento para defender derechos y necesidades sin recurrir a la agresividad o la huida.

La mayoría de las ocasiones cuando alguien invade nuestros derechos o nos estorba en la satisfacción de nuestras necesidades podemos ser asertivos. Ser asertivo es defender nuestros derechos y necesidades diciendo lo que sentimos y pensamos de modo claro y directo sin ofender ni agredir a los demás.

Existen entonces, tres formas de enfrentarnos a la defensa de nuestros derechos y necesidades: la agresividad, la pasividad o huida y la asertividad.

Las dos primeras son muy conocidas todos las practicamos alguna vez o con frecuencia, la tercera es menos conocida y muy poco practicada.

Ser *asertivo* significa:

- Decir *no* cuando no queremos hacer o aceptar algo que no nos conviene
- Decir *sí* cuando algo nos conviene
- Defender un derecho sin ofender y agredir al otro
- Defender un derecho aunque el otro no lo acepte

No ser *asertivo* significa:

- Querer ganarle al otro aún cuando sabemos que no tenemos razón
- Obtener lo que queremos a como de lugar, usando la mentira, la manipulación o la violencia
- Decir *sí* por temor a decir *no* aunque no nos convenga
- Decir *no* por temor al que dirán cuando nos conviene decir *sí*
- No decir nada por temor o timidez.

¿ POR QUE NO SOMOS ASERTIVOS?

Existen varias causas, algunas de las más importantes son:

- a) Desde muy pequeños nuestros padres nos enseñaron a sentirnos culpables y a que podíamos perder su amor si nos portábamos mal (a ellos sus padres les hicieron lo mismo). Por ejemplo, " si no dejas de llorar te voy a pegar".
- b) Creemos que es de mala educación reclamar nuestros derechos y así optamos
- c) Creemos que la única manera de enfrentarnos a la vida es imponiendo nuestros derechos (agresividad).
- d) No nos queremos así mismos o nos sentimos menos valiosos que los demás
- e) Permitimos que la actitud de los otros nos afecte al grado de perder la cabeza y agredir, o de atemorizarnos permitiendo abusos: las palabras por ofensivas

que sean no nos pueden afectar, esto es necesario comprenderlo ya que una forma en que podemos volvernos muy agresivos o pasivos, es cuando los otros nos manipulan con palabras.

Para ser asertivo es necesario aprender a no dejarse afectar por la manipulación de los demás que buscan ofendernos para que nos pongamos agresivos, o asustamos con amenazas que nos afectarán (Guerrero y Alcántara, 1994).

¿ COMO SE SABE CUANDO UNO ESTA SIENDO ASERTIVO?

Según Virginia Satir (citada en, Pick de Weiss y Vargas, 1990) somos asertivos cuando:

- 1) Nos damos la libertad de ver y escuchar las cosas tal como existen aquí y ahora
- 2) Nos damos la libertad de decir lo que creemos y pensamos, en lugar de lo que deberíamos creer y pensar según el criterio de alguien más
- 3) Nos sentimos libres de sentir lo que sentimos, en lugar de lo que se espera que debamos sentir
- 4) Nos damos la libertad, sin temor alguno de pedir lo que queremos, en vez de que siempre estemos esperando el permiso para hacerlo
- 5) Nos arriesgamos a mejorar en nuestro nombre y para nuestro beneficio

¿ QUÉ SE NECESITA PARA SER ASERTIVOS?

- Aceptamos y valoramos a nosotros mismos (tener una alta autoestima)
- Mantener con firmeza nuestra posición
- Ser claros, directos y firmes en lo que decimos
- Saber cuándo, dónde y cómo decir las cosas
- Ser sinceros con nosotros mismos
- Dar a nuestro mensaje el tono emocional adecuado
- Tener control emocional
- Abordar las cosas cuando estas se den y no aclararlas fuera de tiempo
- Tener confianza de que vamos a decir las cosas bien

- Decir las cosas sin temor de que el otro se moleste
- No gritar de modo innecesario
- No ofender, humillar ni clarificar al otro
- No renunciar a reclamar por miedo

Por último, existen formas o técnicas para lograr ser asertivo, dos de ellas son las siguientes:

1) Repetición persistente. Para ser asertivo es necesario ser persistente, es decir insistir una y otra vez hasta lograr nuestros derechos sin enojarnos, perder la paciencia ni ofender o levantar la voz al otro. Se trata de que, diga lo que diga el otro, nosotros permanezcamos firmes en nuestro reclamo repitiéndolo hasta que el otro se dé por vencido.

2) Me digas lo que me digas. Esta técnica se usa para contener críticas que podrían parecerse ofensivas. Nadie nos puede ofender si nosotros no decidimos sentirnos ofendidos. Para la práctica de esta técnica es necesario tomar en cuenta que no se trata de defendernos sin aceptar nada o rechazarlo todo. Se trata de que seamos receptivos pero sin dejamos afectar.

Sabemos que es imposible lograr una comunicación absolutamente clara, pero si aunado a esto los comunicadores basan lo que transmiten en respeto y atención lograrán una comunicación más efectiva y funcional.

Sin embargo no todos sabemos expresar lo que sentimos, deseamos, queremos, etc., más aún cuando se es adolescente, recurriendo a "puertas falsas" e involucrándose en problemas como las drogas, la delincuencia o el alcohol.

Además de lo anterior los jóvenes no cuentan con espacios de expresión y de acción, tienen pocas oportunidades de ser favorecidos con servicios educativos, laborales, de salud y sociales; enfrentan crisis familiares, aunada a la falta de afecto, atención y en ocasiones maltrato, desorientación en los valores vitales, como el respeto a la vida, el desarrollo de facultades físicas y el equilibrio y armonía psico-física. Todas estas situaciones son predisponentes para vivir una situación problemática.

CAPITULO 4

LA IMPORTANCIA DE LA EDUCACION SEXUAL

Álvarez (1990) menciona que desde el momento en el que el individuo nace y por lo tanto presenta genitales es considerado como sexuado, es un ser cuyo sexo lo ubica socialmente en una u otra categoría genérica; HOMBRE O MUJER;

Se concibe como sexualidad una serie de actividades y conductas que el individuo adopta para sí y la sociedad, frente al hecho concreto que es el sexo. Es una capacidad inherente al individuo, independientemente de que tenga una capacidad de expresividad observable o apenas perceptible y aún difícilmente identificable de otras conductas no netamente sexuales.

Ahora bien, independientemente de la presión social que ejercen quienes lo rodean, imprimiéndole los caracteres de papel funcional, el individuo actúa, se mueve, se manifiesta. Es un ser que se enfrenta a un nuevo universo de estímulos que cambian a gran velocidad exigiendo respuestas.

Sin embargo, a lo largo de los años y generación tras generación se limita lo sexual a los genitales olvidando que el individuo es una unidad de vida, de gran complejidad y sobre todo que actúa como un conjunto, que no sólo tiene genitales, sino cinco órganos de los sentidos a través de los cuales aprende formas, colores, tamaños y texturas que de manera conjunta con todo su organismo se reconoce como alguien en un lugar, consiguiendo un mayor control de sí mismo. El desarrollo neurofisiológico que va alcanzando le da la posibilidad de actuar en forma más precisa y de manera consecuente el entorno social o medio ambiente brinda estímulos que para él van adquiriendo significación. A partir de este desarrollo surge la necesidad de tener mayor contacto con el medio, con los otros y con el propio individuo.

A través del tacto, el niño y sobre todo el adolescente explora su entorno y su propia geografía permitiéndole acumular experiencias y un conocimiento que lo ubican como unidad y como individualidad siendo esto muy importante por que toda exploración genera experiencia y toda experiencia genera aprendizaje. El tacto hacia sí mismo genera aprendizaje; esta exploración genera sensaciones que le incrementan la curiosidad para conocerse a sí mismo identificando zonas corporales asociadas a sensaciones específicas que a su vez generan satisfactores. Sin embargo, en el marco familiar se procederá a etiquetar dependiendo de las zonas del cuerpo que están siendo exploradas. Si el tacto se dirige a una región considerada por el grupo social como sexual o erógena, el individuo aprenderá a reconocer sexualidad-sexo aunque casi siempre la actitud del adulto será de prohibición o represión.

Por ejemplo, durante la exploración de sus genitales, los adolescentes experimentan placer y satisfacción; no las rehuye, por el contrario, se orienta a ellas enriqueciéndolas con nuevos ejercicios, juegos y fantasías que le proporcionan nuevas sensaciones de goce dando como resultado una expresividad sexual masturbatoria que une dentro de ella la exploración, la experimentación, la estimulación, la satisfacción, en un complejo mecanismo biopsicosocial de reconocimiento, identificación y descubrimiento. El valor social de la masturbación será aquél que adjudiquen a partir de toda la gente que rodee al niño.

La masturbación, definida como auto estimulación en busca de placer es la primera expresión clara de una sexualidad, pues aunque no se comparte con otra persona como una total relación sexual puede ser favorable, indiferente o reprochable. Dependiendo al grupo social y la educación sexual proporcionada, se permite que a partir de una madurez hormonal y de conciencia del yo, se puedan establecer en un futuro relaciones interpersonales y en algún momento una relación sexual.

Sociedades coercitivas respecto al sexo mencionan que la masturbación es señal inmadura y completamente mal vista sobre todo por rechazar todo tipo de expresión sexual en alguien que aún no es adulto, por lo que esta actividad genera sentimientos de culpa acompañados de ansiedad.

4.1. MITOS DE LA SEXUALIDAD.

Las prohibiciones vinculadas a estas practicas y los remordimientos pueden originar unas practicas expiatorias y unas severas modificaciones por parte del adolescente. El remedio se encuentra en una educación franca y sana. El adolescente tiene sobre todo necesidad de comprensión y confianza, de medios para afirmarse y tomar conciencia de sí mismo. Una educación sexual previene de tentaciones, procurando ocupaciones y distracciones según sus gustos. Cada caso particular debe examinarse y cuando la causa parece residir en la ansiedad, es esta la que debe eliminarse procurando al individuo el medio para tomar confianza en sí mismo y conseguir sus deseos.

Sería deseable que los padres así como los educadores impartieran ésta educación sexual a los adolescentes, intentando dar una sana información lo más completa posible con el fin de evitar problemas a futuro como un embarazo precoz, la transmisión de alguna enfermedad venérea, etc.

Los mitos más prevalecientes son aquellos que se refieren a la masturbación tanto en hombres como en mujeres, a la menstruación, poluciones nocturnas, virginidad, tamaño del pene, etc., por lo que es necesario analizar cada uno de ellos.

MENSTRUACION: En algunas culturas, la menstruación era considerada como signo de impureza y requería de un aislamiento especial, por ejemplo en algunas tribus del Este de África aislan a la mujer que menstrúa y le asignan utensilios especiales para tomar sus alimentos. En otras culturas, la menstruación equivalía a la posesión de un espíritu maligno por lo que la mujer debía durar cuatro días, en los cuales debía ser recluida. Al terminar esos días si la mujer seguía menstruando era azotada y encerrada nuevamente.

Entre la religión judía se pensaba que la mujer durante esos días podía contaminar por lo que se le prohibía saludar de mano y no podía recibir la comunión.

En la actualidad para la adolescente, la menstruación es símbolo de madurez sexual y de reafirmación como mujer. Mussen (1990) menciona que muchas esperan el comienzo de la menstruación de manera serena y con orgullo, mientras que otras toman negativamente este fenómeno normal en su desarrollo. Estas influencias tanto negativas como positivas pueden tener como origen varios factores; como la influencia de los padres, de otras mujeres y de la educación e información que hayan recibido al respecto y de las reacciones o malestar físico que en mayor o menor grado cada una experimenta como dolores de cabeza, de cintura, abdominales y cólicos.

Todo lo anterior puede ser solucionado proporcionando información referente a la maduración del aparato reproductor femenino, pues en el ciclo menstrual de la mujer influyen la hipófisis, los ovarios, la tiroides, las suprarrenales y el apoyo de la matriz.

El ciclo menstrual consta de tres fases:

1) La primera fase ocurre cuando la hipófisis manda sus mensajes químicos que actúan sobre los ovarios; estos responden produciendo sus primeras hormonas: estrógenos y estimulan el crecimiento de la capa o velo que recubre la cavidad de la matriz llamada endometrio.

2) La segunda ocurre también por los mensajes de la hipófisis mandados a los ovarios para que generen el proceso de ovulación que tiene lugar a la mitad del ciclo. En el sitio del ovario del cual es desprendido el óvulo, queda una pequeña cavidad llamada cuerpo amarillo donde se produce otra hormona elaborada por el ovario: la progesterona. Esta hormona actúa sobre la capa o velo del endometrio a fin de prepararlo para recibir el embarazo o para que se presente la menstruación.

3) La etapa final es la menstruación en sí. Al no haber fecundación, no hay embarazo, se desprende parte de la capa de tejido endometrial que recubre la cavidad de la matriz lo que ocasiona el sangrado, el cual se debe a la ruptura de los pequeños vasos sanguíneos que ahí se encuentran.

Se pueden presentar malestares físicos premenstruales y menstruales que pueden ser aliviados por medicamentos y cuidados necesarios, generalmente recetados por los médicos; mientras que la actitud hacia la menstruación también puede ser mejorada mediante el apoyo de los padres, sobre todo de la madre quien puede orientar a la adolescente de que es un acontecimiento normal y así evitar el temor en el momento que ocurra la primera menstruación (menarca).

POLUCIONES NOCTURNAS: Así como el comienzo de la menstruación puede ser causa de preocupación para las adolescentes, el varón adolescente experimenta la misma preocupación con la erección incontrolada y eyaculación inicial (poluciones nocturnas). En este período el pene queda erecto con gran facilidad ya sea espontáneamente o en respuesta a gran variedad de estímulos y aunque este acontecimiento pueda hacerlo sentirse orgulloso de su virilidad, también puede sentirse molesto o preocupado por no poder controlar esta respuesta. Cuando la eyaculación se produce durante el sueño puede sorprenderlos y crearles dudas sobre si esto es normal o perjudicial para su salud.

Antiguamente existía la idea, que ahora se ha convertido en mito, que las poluciones nocturnas son signo de debilidad física y absorben la energía mental y psíquica del hombre, por esto los padres se inquietaban cuando advertían que una sustancia blanquecina manchaba las pijamas y sábanas de su hijo.

También se decía que las poluciones involuntarias podían hacer que los órganos sexuales perdieran sus facultades naturales y provocaban la locura y hasta la muerte y el agotamiento cerebral.

Ahora se sabe que tanto las erecciones espontáneas como las eyaculaciones o emisiones se deben a los cambios de los genitales tanto internos como externos.

En lo que se refiere a los genitales internos, las funciones que ahora pueden realizar son: el conducto deferente transporta los espermatozoides generados en los testículos hasta la próstata, ésta produce líquido espermático y este líquido junto con los espermatozoides son eyaculados por la uretra.

MASTURBACION: En lo que se refiere a la masturbación masculina, el mito que existe respecto a ella es que debilita y provoca una multitud de trastornos como el acné, las verrugas en la mano "culpable", deterioro de la vista, la fatiga general y la epilepsia. El muchacho que se masturba pone también en peligro la salud de sus futuros hijos y se arriesga a padecer eyaculación precoz en la edad adulta.

La religión y la educación provocan en la mayoría de las personas una actitud negativa hacia la masturbación. En la actualidad los adultos continúan advirtiendo a los niños o adolescentes del peligro que corre su salud si no abandonan al "vicio" de la masturbación. El adolescente asustado puede conservar ese temor en la edad adulta y transmitirla a sus propios hijos. Algunas veces, los hombres

estéres imaginan que su estado se debe a las masturbaciones de su adolescencia y que le han privado de una "dotación" de esperma que tenía.

Los informes médicos y científicos nunca han revelado que la masturbación provoque enfermedades físicas ni compromete la salud de las generaciones futuras. La masturbación puede dar resultados positivos cuando se emplea en el tratamiento de la impotencia o de la eyaculación precoz. Al orgasmo que resulta de la masturbación le sigue un periodo de relajación y con frecuencia de sueño; los estudios fisiológicos demuestran que no provoca ninguna pérdida de energía durable ni nociva. El cuerpo reemplaza constantemente el fluido seminal perdido y por lo tanto la masturbación de ningún modo puede agotar o disminuir la provisión de espermias.

En el campo de la Psicología se ha investigado que la masturbación es una actividad que se presenta en la mayoría de los adolescentes como manifestación del desarrollo sexual y resultado a una curiosidad y exploración de su cuerpo. Algunos autores como Aberastury (1986, citado en Fuentes y Pérez, op. cit.), señalan que esta actividad juega un papel primordial para la aceptación de la actividad común entre los adolescentes de ambos sexos a diferencia de la antigüedad, donde la masturbación siempre ha estado rodeada de falsas creencias que producen conflictos entre los adolescentes; sin embargo ahora se sabe que es un acto indispensable y transitorio para los adolescentes pues le permite experimentar nuevas sensaciones y aliviar tensiones, no causa trastornos y es una respuesta normal al desarrollo sexual y al impulso sexuado generado en forma disimulada en juegos que implican contactos físicos con adolescentes del sexo opuesto. Es en este momento cuando comienza a manifestarse de manera natural y clara el inicio de la sexualidad.

Por otra parte, la masturbación en las mujeres es aún más mal vista que en el hombre. El mito existente en torno a esto es que las mujeres no se masturben, por lo tanto las que lo hacen se sienten culpables y anormales. Se consideraba a las mujeres asexuadas, puras y vírgenes (imposible imaginar que se masturbaran) y si tienen un impulso sexual pueden encontrar fácilmente un compañero masculino.

En realidad mujeres de todas las edades antes y después del matrimonio hablan de sus actividades sexuales mucho menos que los hombres, sobre todo por los tabúes y mitos culturales que existen y porque los aspectos de la sexualidad pesan más en las mujeres que en los hombres y pueden impedir en muchos casos la masturbación. Además la técnica que utilizan si se lleva a cabo es diferente y varía de la técnica empleada por los hombres.

Mientras los hombres se masturban frotando la vara del pene, acariciando el glande o frotando su pene contra un objeto (la cama o una almohada, por ejemplo), muchas mujeres se masturban manipulando distintas partes de su cuerpo, en particular el clítoris, los labios y algunas veces los senos; otras se frotan contra las sábanas o una almohada y contraen los muslos. Una mujer de cada cinco se sirve de sus dedos o de diversos objetos como una vela, una botella

pequeña, etc., aunque ya en las sociedades modernas se utilizan vibradores o penes eléctricos. Las mujeres que practican la masturbación antes del matrimonio, alcanzan en este más rápidamente el orgasmo que en el coito de la relación sexual. También puede ser prescrita por médicos y sexólogos para el tratamiento de mujeres frías o anorgásmicas.

VIRGINIDAD: " Una mujer con el himen intacto es virgen", la prueba irrefutable de un himen intacto es que la primera penetración del pene sea difícil, haya sangre y cause dolor vaginal a la mujer. De esta idea se deduce que una recién casada cuyo himen no parezca intacto se arriesga a sufrir la sospecha y enojo del marido.

En realidad una mujer que practica actividades sexuales puede conservar un himen intacto. Una muchacha virgen puede no tener un himen intacto, las primeras relaciones sexuales no presentan necesariamente sangre ni dolor.

El himen, una membrana que obstruye parte del fondo de la vagina, está presente en mayor o menor grado en todas las mujeres y carece de una función fisiológica específica y es del tamaño de la abertura vaginal extremadamente. A veces esa membrana es espesa y no se puede romper después de muchos intentos y en otras ocasiones es tan flexible que se pueden tener relaciones sin que se rompa, puede ser distendido por el empleo de tampones, por la masturbación, por inserción de los dedos o de objetos, por caricias genitales con demasiada presión o por una actividad deportiva violenta y puede resultar muy difícil para un médico establecer si una mujer ha tenido o no relaciones sexuales.

TAMAÑO DEL PENE: Muchos hombres creen que su pene es muy pequeño en promedio, naturalmente se inquietan, no quieren que nadie lo mire o lo toque cuando se encuentran en reposo. Se arriesgan por una angustia irracional y un complejo de inferioridad sexual a privarse de todo placer físico; algunos se rehúsan al coito por imaginar que un hombre con pene pequeño no puede satisfacer a una mujer. Por desgracia la sociedad está dominada por la falocracia donde el falo se considera el órgano de poder y es por eso que los hombres se preocupan por saber si tienen su pene de tamaño normal.

En realidad, la gran mayoría de los hombres afligidos por el tamaño de su pene poseen uno del tamaño promedio (de 6 a 11.5 cm. en reposo), a veces el pene en reposo es más pequeño pero esa diferencia desaparece con la erección y algunas veces el pene más chico alcanza en la erección un tamaño superior al de quien tiene un miembro más grande. En lo que se refiere a la actividad sexual, lo que importa no es el tamaño del pene, sino la forma de utilizarlo sobre todo en las caricias eróticas y la relación amorosa de la pareja, ya que la vagina se dilata en la medida del pene que recibe y se acomoda a miembros de diversos tamaños.

Muchos jóvenes ignoran la secuencia normal de su desarrollo fisiológico al llegar a la pubertad. Por consiguiente deben estar educados en este campo y aprender a reconocer que la pubertad no comienza a la misma edad en todos los

casos y que el grado de desarrollo varía de persona a persona. Esta actividad más racional reducirá la cantidad de personas que se inquietan por su aspecto personal en general y más específicamente por el tamaño de su pene o de sus senos, en el caso de las mujeres.

4.2. EMBARAZO PRECOZ.

La adolescencia no es la etapa más adecuada para contraer matrimonio, embarazarse o tener hijos. Es uno muy joven para adquirir estos compromisos; sin embargo es posible hacerlo.

Antes de que platiquemos del embarazo entre adolescentes es importante distinguir el marco sociocultural en que ocurre y si es dentro o fuera del matrimonio, ya que no tendrá los mismos efectos psicológicos ni sociales.

Si esto ocurre como una consecuencia del matrimonio, será un proceso natural y la pareja estará dentro del esquema social y cultural.

Cuando el embarazo es deseado, será motivo de alegría y los meses de espera serán tranquilos. Si la pareja se encuentra preparada emocionalmente, cuenta con información adecuada, la salud de la chica es buena, el ambiente es acogedor y de cariño, todo será favorable para que las cosas salgan bien. Quizás las parejas tengan pequeñas fricciones entre sí y con las personas que quieren opinar acerca de su bebé pues desean ayudar debido a la juventud de la futura madre. Todo es normal durante el proceso.

Cuando el embarazo toma por sorpresa al joven matrimonio pueden surgir sentimientos o conflictos que se tenían guardados y discrepancias con la pareja y los familiares. Puede haber desilusión al afrontar algo que no deseaban, aspiraban o imaginaban; en este caso el embarazo no es motivo de satisfacción y plenitud. Tendrán que afrontar y resolver sus conflictos.

Al estar en la adolescencia, es natural que los miedos y las inseguridades se intensifiquen, aunque estén informados y preparados, pues aún les queda algo de su fantasía e imaginación infantiles, algunos demasiado optimistas e irresponsables y otros pesimistas y aterradores. Además están en la lucha por la independencia psicológica y a veces física de la familia; quieren navegar sólo por el mismo tiempo de su auto identificación y el encuentro con su propia personalidad y esto se agrava con el embarazo y la presión hacia la madurez.

Aunque vayan a ser padres ambos necesitan comprensión, cuidado y delicadeza para no estorbar el proceso de maduración como persona y como pareja.

Hay una tercera situación que realmente pone en desventaja a la embarazada, más si es adolescente: es la madre soltera. Se encuentra fuera del esquema

social y cultural pues no cuenta con el apoyo de su pareja y muchas veces no tiene los medios económicos para subsistir.

La reacción y la forma como afronte la situación variará según sean las condiciones que la llevaron a un embarazo sin hogar ni matrimonio. Lo más probable es que experimente emociones intensas: miedo, tristeza, confusión, enojo, ansiedad y sensación de abandono.

En nuestro país, es común que los padres reaccionen negativamente ante la noticia, la familia la rechace y sea mal vista socialmente. Para la adolescente esto representa la detención de su vida, pues ahora tiene un grave compromiso que ella no desea, poco respaldo y graves conflictos personales.

En suma, una jovencita que se embaraza por descuido o por accidente, afronta enormes conflictos, responsabilidades y retos que no son deseables para su edad. Esto le afecta:

- 1) **FISICAMENTE**, ya que su cuerpo tiene que amoldarse a su nueva condición, haya alcanzado o no el grado de madurez necesario para ello.
- 2) **PSICOLOGICAMENTE**, se agudizaran los temores y angustias; crece la inseguridad y el temor al rechazo. Se complican todavía más los conflictos naturales de su edad.
- 3) **SOCIALMENTE**, no pertenecerá ya al grupo de sus ideales, pues el embarazo implica ya nuevos problemas; ni tampoco puede entrar al mundo de los adultos pues no esta en igualdad de condiciones.
- 4) **ECONOMICAMENTE**, no tiene ingresos para hacerle frente a la situación y esto obliga a ser dependiente de alguien.
- 5) **PERSONALMENTE**, se encuentra fuera de tiempo, ya no podrá explorar el mundo, analizarlo, confrontarlo y encontrar su lugar en él como lo haría una chica de su edad, pues ahora tiene una responsabilidad a mayor y largo plazo, que le implica ataduras prematuras y compromisos que no sabe si puede o quiere establecer.
- 6) **LABORALMENTE**, sus planes se varían truncados. Posiblemente tenga que dejar sus estudios, al menos por un tiempo y no cuenta con preparación para tener un trabajo bien remunerado.
- 7) **RECREATIVAMENTE**, se verá alejada del grupo de sus amigos, de las fiestas y diversiones propias de su edad.

4.3. ENFERMEDADES DE TRANSMISION SEXUAL.

Hemos comentado sobre la importancia de llevar una vida sana, constructiva y en continua superación. La higiene del cuerpo es vital para la salud, pero también

es importante cuidarlo en su intimidad. Ahora que se está en la adolescencia y en pleno desarrollo del aparato reproductor de los adolescentes, es necesario que se informe sobre el cuidado y medidas preventivas contra enfermedades.

Un aspecto básico de las enfermedades de transmisión sexual (ETS), llamadas también venéreas, por el peligro que encierra para la salud y debido a que se han incrementado con la revolución sexual. Todos estamos expuestos a contraerlas sino tomamos las precauciones necesarias.

Mucha gente cree que son exclusivas de gente sucia, mala e inmoral; por lo tanto, el que alguien la adquiera significa para ellos desvergüenza y desprestigio.

Las relaciones íntimas implican compromiso, responsabilidad y respeto. Si en un momento dado se llegase a contraer una ETS se debe informar a la pareja para evitar que se contagie y/o sufra daños permanentes.

Las ETS son infecciones que se contagian a través del contagio sexual, al transmitirse los microbios que tiene la persona enferma a la pareja que esta sana y/o en condiciones higiénicas inapropiadas. Habitualmente se transmiten por el coito o en las caricias más íntimas. Algunas de ellas por tener contacto directo con áreas como la boca, el recto o heridas; por usar objetos de aseo personal como toallas, cepillos, ropa íntima, baños.

En la década de los 80's el mundo se impactó ante el informe de un nuevo mal, que aunque no es en realidad enfermedad sino la destrucción del sistema inmunológico; es decir, una deficiencia, se le llama enfermedad por que es incurable. De transmisión fundamentalmente sexual, se extendió a pasos agigantados en todo el mundo. Debido a las características de su patología, los epidemiólogos norteamericanos del centro de enfermedades, la bautizaron con el nombre de SINDROME DE INMUNODEFICIENCIA ADQUIRIDA (**SIDA**) en el año de 1982.

El SIDA es una condición deficiente del sistema inmunológico humano, el cual se encarga de defender al cuerpo del ataque de enfermedades y esta causada por un virus al que se le designa virus de inmunodeficiencia humana (**VIH**). El organismo pierde entonces su capacidad para defenderse de los virus y bacterias que normalmente son inofensivos para el ser humano, quedando a merced de las enfermedades oportunistas que tarde o temprano lo llevarán a la muerte, pues hasta ahora es incurable. El VIH se introduce y se reproduce en el organismo por algún tiempo sin causar síntomas. Cuando el afectado esta en esta etapa se le identifica como cero positivo, esto es, tiene el virus pero todavía no se le ha desarrollado la enfermedad. Poco a poco las células del sistema inmunológico se van afectando, dejando al organismo expuesto a enfermedades e infecciones que pueden llevarlo a la muerte. Entre los síntomas más comunes del SIDA están la fatiga inexplicable y persistente, sin causa aparente, la pérdida de peso rápida (entre 4 y 5kg en pocas semanas), tos seca que corta respiración, diarrea persistente y fiebre, catarros y resfriados frecuentes, sudoración nocturna,

lesiones en la piel que tardan mucho en sanar, inflamación de los ganglios linfáticos del cuello, de la ingle y debajo de los brazos durante más de dos meses; manchas planas o ligeramente abultadas de color marrón o violeta en la piel, dentro de la boca, nariz, párpados o el recto.

Otras ETS más conocidas son la sífilis, gonorrea, herpes genital y otras que son altamente difundidas pero se habla realmente muy poco de ellas y otras más son poco comunes, pero no por ello menos importantes.

a) GONORREA Infección bacteriana de los órganos expuestos al contagio. Se extiende en otros órganos con el tiempo.

SINTOMAS. No los hay o son muy leves.

Puede haber dolor al orinar o una secreción purulenta.

Defecaciones dolorosas y leve pérdida de sangre.

Más adelante, fiebre, salpullidos, dolores o inflamaciones de las articulaciones.

MANIFESTACIONES. De dos a diez días después del contagio.

TRATAMIENTO. Antibióticos. Casi siempre se cura.

COMPLICACIONES. Esterilidad, infecciones de las articulaciones, la piel, el corazón, el sistema nervioso central y el hígado.

b) CLAMIDIA O ENFERMEDADES RELACIONADAS. Se parece mucho a la gonorrea. Es un organismo que provoca infecciones en los órganos genitales.

SINTOMAS. No hay al principio. Similares a los de la gonorrea, pero más suaves.

MANIFESTACIONES. Entre una y tres semanas después del contagio.

TRATAMIENTO. Antibióticos.

c) HERPES GENITAL. Es sumamente infecciosa y causada por un virus.

SINTOMAS. Se parecen a los de la gripe: dolores sordos en todo el cuerpo, dolor de cabeza, fiebre y glándulas inflamadas.

Escozores y dolores sordos en la zona genital, erupción de ampollas dolorosas, llenas de líquido, que al romperse se convierten en llagas abiertas, al secar forman una costra.

Todas las llagas son potencialmente contagiosas hasta que cicatricen por completo.

Las llagas aparecen periódicamente, sobre todo en momentos de tensión física y emocional. No se eliminan por completo, aunque pueden permanecer en estado latente indefinidamente.

MANIFESTACIONES. En dos o tres días después del contagio; siete en promedio típico.

TRATAMIENTO. No se encuentra con uno, pero estás estudiando vacunas y medicamentos.

COMPLICACIONES. Emocionales (culpabilidad temor al rechazo, aislamiento) y físicas (como cáncer cervical).

d) **TRICOMONIASIS.** Infección provocada por un protozoo flagelado.

SINTOMAS. Supuración densa y maloliente de la vagina, enrojecimiento, sensibilidad y escozor en la zona genital.

MANIFESTACIONES. Entre cuatro y tres días del contagio.

TRATAMIENTO. Antibióticos.

e) **SIFILIS.** Infección bacteriana que se inicia en una parte del cuerpo y se extiende por todo el organismo, siendo muy grave. Ha disminuido su incidencia.

SINTOMAS. Varían según cuatro etapas.

1) Llaga indolora como bulto redondo y firme (chancro), se convierte en úlcera y es altamente contagiosa; brota en los genitales externos, las manos, la boca, el ano y otra parte del cuerpo. La cicatrización lleva de cuatro a seis semanas.

2) Pasa a la corriente sanguínea, brota salpullido sumamente contagioso durante dos a seis semanas, luego desaparecen. Inflamación de los ganglios linfáticos, fiebre y dolor de cabeza.

3) Latente, los síntomas desaparecen y la bacteria se reproduce silenciosamente en el cuerpo, no siendo contagiosa. Puede durar esta etapa varios años.

4) Avanzada, se destruye la piel, el sistema nervioso, los vasos sanguíneos y otros órganos importantes. Llega a causar la muerte. Es altamente contagiosa en esta etapa.

f) **LADILLAS.** Parásitos que infestan la zona pubica y pueden trasladarse a otra zona donde haya vello por rascarse las zonas infectadas. A veces se ven los huevos como chichones blancos.

SINTOMAS. Escozor intenso en la zona del pubis.

Se pueden ver los parásitos en el vello púbico.

MANIFESTACIONES. Hasta cinco semanas después del contagio del parásito.

TRATAMIENTO. Líquidos o soluciones que se aplican como champú o que se esparcen sobre el cuerpo. El tratamiento mata al parásito pero no los huevecillos. Debe repetirse una semana después que los huevos hayan incubado; se deben desinfectar ropas, sábanas y frazadas; lavarlas con agua caliente.

g) **VERRUGAS VENEREAS.** Virus que causan pequeñas verrugas en la zona genital.

SINTOMAS. Verrugas indoloras, de color rosado, en forma de coliflor o duras y de color gris amarillento.

MANIFESTACIONES. Tres meses después del contacto inicial.

TRATAMIENTO. Mediante químicos, por congelación. quemándolas o retirándolas quirúrgicamente.

COMPLICACIONES. Si no se las eliminan, pueden empeorar y contagiar a otros.

h) **HEPATITIS.** Enfermedad del hígado por virus. Hay varios tipos y algunos se transmiten por vía sexual.

SINTOMAS. Parecidos a los de la gripe. Dolores sordos en todo el cuerpo, dolor de cabeza, fatiga, fiebre y falta de apetito, mareos y náuseas. Posible tonalidad amarilla de la piel y de la parte blanca del ojo, oscurecimiento de la orina, materia fecal de color más claro y sensibilidad en la zona abdominal.

MANIFESTACIONES. Entre dos semanas y tres meses después del contagio.

TRATAMIENTO. Dieta soluble, descanso, beber muchos líquidos, evitar las bebidas alcohólicas, reducir al mínimo las tensiones físicas y emocionales y abstenerse de todo contacto sexual.

4.4. METODOS ANTICONCEPTIVOS.

Es importante hacer notar que tradicionalmente hay una serie de creencias equivocadas acerca de los anticonceptivos. Posiblemente alguien le diga a un adolescente o a su pareja que para evitar el embarazo debe tomar mucho limón u otra fruta que este muy ácida; meter una aspirina en la vagina; tomar diferentes tipos de hierbas o especies como el orégano; hacerse lavados

vaginales con limón, vinagre, sal o hasta un refresco de cola; ayunar, darse duchas vaginales; retirar el pene antes de llegar a la eyaculación o practicar el coito interrumpido; hacer el acto sexual de pie; beber líquidos muy fríos o calientes; tomar hielo, usar vaselina o desodorantes vaginales o seguir una dieta especial; ingerir una pastilla anticonceptiva momentos antes de la relación.

El anticonceptivo es un medio, agente, práctica o medicamento que emplea la mujer y/o el hombre con el fin de reducir la posibilidad de concebir un hijo, aunque ninguno lo elimina por completo.

Los anticonceptivos pueden clasificarse en naturales, temporales y definitivos.

MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS NATURALES O CICLICOS.

Tomar como base el período de fertilidad de la mujer para abstenerse del contacto sexual en esos días.

VENTAJAS. Es relativamente fácil llevar un registro. Es el único método aceptado por algunas religiones; es una buena manera de conocer el propio cuerpo.

DESVENTAJAS. La adolescente generalmente es irregular en sus menstruaciones, por lo tanto es difícil predecir su ovulación y le es difícil abstenerse todos los días " peligrosos". Los espermatozoides pueden permanecer vivos en el cuerpo de la mujer hasta 48 horas después de la relación sexual. El estado de ánimo, la enfermedad y la tensión nerviosa afectan el momento de la ovulación. Hay mujeres que ovulan una vez por ciclo y otras más durante la menstruación. Otra desventaja es descuidarse en registros de ovulación.

TIPOS:

MÉTODO DE CALENDARIO O RITMO. Se tiene que llevar un registro constante de los ciclos menstruales. Para empezar, se debe tomar como base la duración de los ciclos de cada persona (últimos ocho días) y calcular así que días serán fértiles en el próximo ciclo. La ovulación ocurre en algún punto entre dos menstruaciones; unos catorce días antes de la menstruación. Sigue, por tanto, contando el primer día de la regla. Se consideran fértiles los días 13 al 17.

MEDICION DE LA TEMPERATURA BASAL. Se tiene que tomar la temperatura con un termómetro especial en cuanto se despierte la mujer, todas las mañanas. Antes de la ovulación hay un pequeño descenso de la temperatura y un leve ascenso de ella después, durante tres días.

METODO DEL MOCO. Se necesita aprender a reconocer los cambios en el moco cervical en diferentes etapas del ciclo menstrual.

COITO INTERRUPTIDO. Consiste en retirar el pene de la vagina durante el acto sexual, antes de la eyaculación.

TODOS ESTOS METODOS DEFINITIVAMENTE NO SON MUY CONFIABLES.

METODOS ANTICONCEPTIVOS TEMPORALES.

ESPERMATICIDAS VAGINALES. Son espumas, cremas, gelatinas y óvulos que tienen la función de crear una barrera química que mate a los espermatozoides. Se le llaman también métodos locales o de barrera. Todos se aplican antes del acto sexual y no deben reafirmarse antes de seis horas.

Las espumas tienen la consistencia de las cremas para rasurar. Vienen en aerosol y con instructivo. Se deben poner inmediatamente antes del coito y son más efectivas si además el muchacho usa un preservativo.

Las cremas y las gelatinas solo deben usarse con el diafragma. Solas no son efectivas pues no se expanden con suficiente amplitud en la vagina.

Los óvulos se introducen hasta el fondo de la vagina y se debe esperar de 20 a 30 min. para que se deritan y expandan; se colocan antes de cada relación sexual.

VENTAJAS. Estos productos se pueden comprar en cualquier farmacia sin receta médica o en tiendas de autoservicio; son de fácil aplicación y económicos. Las instrucciones vienen en el producto y son fáciles de seguir, no necesitan vigilancia médica y pueden servir de protección contra algunas ETS.

DESVENTAJAS. Pueden llegar a causar irritación. Se necesitan aplicar cada vez que se va a practicar el coito. Si no se utilizan como está indicado, fallan. Puede escurrirse al igual que el semen, fuera de la vagina. Se puede confundir con otros productos. Antes de comprarlos debe uno fijarse que claramente diga lo que son (preservativos).

RECOMENDABLES. Si, en especial combinándolos con preservativos.

PELICULA VAGINAL ANTICONCEPTIVA. Son cuadros de papel fino, de cinco centímetros, que contienen espermaticida. Se inserta uno en la vagina cinco minutos antes del acto sexual. La película se disuelve sola y los fluidos naturales vaginales se encargan de lubricarla.

VENTAJAS. Las mismas de los espermaticidas.

DESVENTAJAS. Las mismas de los espermaticidas.

RECOMENDABLE. Si, combinándolo con preservativo.

DIAFRAGMA. Es una pieza de goma flexible, pequeña y convexa, que se inserta en la vagina para que cubra la abertura del cérvix, que conduce al útero. Siempre se usa con crema o gelatina anticonceptiva y debe colocarse antes del acto sexual. Debe alejarse entre ocho y seis horas después de realizarlo y volver a aplicar más espermaticida cada vez que se practique el coito. No debe permanecer más de 24 horas dentro del cuerpo. Una vez colocado, no lo siente la mujer, ni molesta a la pareja.

VENTAJAS. Aunque es bastante efectivo, hay mejores opciones para las adolescentes, pues se necesita cierta habilidad y paciencia para colocarlo en la vagina.

DESVENTAJAS. Debe ser ajustado por un especialista para que se mantenga en su sitio durante el coito. Se debe aprender a colocarlo bien la vagina, de lo contrario es como si no se lo hubiera puesto. Es complicado su uso y requiere de muchos cuidados para mantenerlo en buen estado. Puede tener efectos colaterales como alergias, irritaciones, calambres y hasta un shock tóxico.

RECOMENDABLE. Con sus reservas para adolescentes.

CAPSULA CERVICAL. Es similar al diafragma pero más pequeña y en forma de dedal, se recomienda usarla junto con espermaticidas.

VETAJAS. No hace falta agregar más espermaticida antes de cada coito, protege contra las ETS, puede dejarse entre 30 y 48 horas seguidas.

DESVENTAJAS. Debe ser ajustada a cada cervix por un profesional, se necesita saber bien como se mete y como se saca, puede haber riesgos para la salud como síndrome de shock tóxico, irritación del cervix e infecciones pelvicas.

RECOMENDABLE. Si, con sus reservas.

ESPONJA ANTICONCEPTIVA. Es una esponja plástica, suave que opera como el diafragma, pero tiene su propio espermaticida. Es desechable y se puede comprar en cualquier farmacia sin receta médica. Se pone antes del acto sexual y se retira hasta seis u ocho horas después. Puede quedarse 24 horas y no se necesita agregar nada si se desea volver a tener un coito varias veces durante ese lapso.

VENTAJAS. Es de fácil adquisición y económica, su colocación no es muy complicada ya que se pone y retira con mucha facilidad, se desecha después de haberla usado, puede proteger contra algunas ETS.

DESVENTAJAS. Puede haber síndrome de shock tóxico si no se siguen las instrucciones con cuidado, no puede permanecer en la vagina más de 24 horas ni

usarse durante la menstruación, tiene algunos efectos colaterales como irritación, reacciones alérgicas y resequeidad en la vagina.

RECOMENDABLE. Sí, con sus reservas.

CONDONES, PROFILÁCTICO O PRESERVATIVOS. Son vainas delgadas, hechas de látex que se ajustan al pene recto, tiene la misión de detener el semen eyaculado impidiendo así que entre a la vagina, es mejor usar los que están hechos de latex por ser más resistentes y proteger más.

VENTAJAS. De fácil adquisición y económicos, vienen en distintos colores y texturas, con o sin lubricante, desechable, son combinables. El varón usa el preservativo o condón y la chica un espermaticida. Protege de la ETS, no presenta riesgos en la salud, bien usados son efectivos sobre todo si se combinan con otro método en la mujer, su colocación puede formar parte de las caricias y del jugueteo sexual.

DESVENTAJAS. Si no se usa con precaución se puede romper, puede dañarse si se deja al sol o en lugares calientes. Se usan productos a base de aceites y otros químicos y durante el acto, estos caducan después de su tiempo por lo tanto se deben colocar cuando el pene esta erecto. Se debe retirar con mucho cuidado. El muchacho deberá retirar su pene inmediatamente después de la eyaculación, sujetando el preservativo de la base para que el condón no se deslice dentro de la vagina y vierta su contenido de semen. Si se desea volver a repetir el acto, tiene que usarse un preservativo nuevo, por lo que se tienen que estar por tanto varios para una actividad sexual intensa.

RECOMENDABLES. Si, en especial se sugiere combinarlo con otros anticonceptivos, como los espermaticidas.

DISPOSITIVO INTRAUTERINO (DIU). Son pequeños artefactos que el médico inserta en el útero durante la menstruación para evitar la anidación del óvulo fecundado. Son de diferentes formas, todos están hechos de plástico pro algunos tienen además alambre d cobre que envuelve las partes de plástico.

VENTAJAS. No hay muchos efectos colaterales y riesgos tales como un embarazo no deseado.

DESVENTAJAS. No se pueden usar en adolescentes. Puede generar efectos colaterales y riesgos como un movimiento brusco que genere fecundación, expulsión del DIU, sangrado o dolor, perforación uterina, embarazo extrauterino e infecciones.

RECOMENDABLES. Siempre y cuando este sujeto a una estricta supervisión y chequeo médico periódico.

ANOVLATORIOS ORALES O INYECTABLES. Se hacen con hormonas sintéticas de estrógenos y progesterona, solos o combinados, que actúan inhibiendo a las hormonas propias del ovario para que no haya ovulación. Hay de tres tipos: solo estrógenos, solo progesterona o progestágenos o combinación de ambos. La forma como se usa varía (orales cuando se ingieren por la boca todos los días y otros más se combinan dos tipos de píldoras). Los inyectables son por vía intramuscular y se usan cada mes, o cada dos o tres semanas dependiendo del caso.

VENTAJAS. Son fáciles de usar y llevar, son bastante efectivos.

DESVENTAJAS. Es aconsejable que se utilicen bajo la prescripción médica y estrecha vigilancia por que pueden afectar el metabolismo. Provocan náuseas, dolor de cabeza, vómito, hipersensibilidad del busto y aumento del tamaño de este, aumento de peso, manchas en la cara u otras partes del cuerpo, así como sangrados intermenstruales. También pueden taponar las venas o arterias, no se debe usar si hay antecedentes de cáncer en los senos.

RECOMENDABLES. Solo bajo estricta vigilancia médica.

IMPLANTES SEUDÓMETRICOS HORMONALES. Preparados que se introducen mediante una pequeña cirugía por debajo de la piel en el brazo, la pierna o cualquier parte del cuerpo. Las hormonas se van liberando lentamente para inhibir la ovulación durante cinco años.

VENTAJAS. Son muy cómodos ya que después del implante no se necesita utilizar nada extra.

DESVENTAJAS. Puede tener riesgos y efectos colaterales. Son los mismos de la anovulación oral o inyectable. Se deben colocar por un especialista, son de costo elevado pues es un producto importado.

RECOMENDABLES. Si, pero con restricciones.

MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS DEFINITIVOS.

VASECTOMÍA, SALPINGOCLASÍA. Son un procedimiento quirúrgico por el que se elimina la posibilidad de volver a tener hijos.

En las mujeres se llama salpingoclasia y consiste en un ligamento de las trompas de falopio para evitar que el óvulo pase al útero y que los espermatozoides lleguen a él.

En los hombres se llama vasectomía y consiste en ligar los conductos deferentes para evitar que pase el espermatozoides, cuando se eyacula solo sale fluido seminal, pero sin espermatozoides.

VENTAJAS. Quedan definitivamente estériles sin complicaciones.

DESVENTAJAS. En la mujer las menstruaciones son más abundantes y con algunos dolores, alteraciones psicológicas por la incapacidad de tener hijos.

En el hombre alteraciones psicológicas porque cree que afecta su virilidad, deseo y capacidad sexual.

RECOMENDABLE. No para un adolescente, ya que son muy jóvenes y lo más probable es que se arrepientan (Silva y Ortiz 1995).

La sexualidad entonces empieza a desarrollarse desde el momento mismo del nacimiento. Al momento del nacimiento se asigna al bebé ya sea al grupo de las mujeres o al de los hombres, de acuerdo con su sexo y a partir de ahí habrá una serie de mensajes que transmitirán al niño.

Estos mensajes pueden ser de dos tipos verbales o no verbales. La comunicación a través del lenguaje verbal se ha convertido en la base de la educación formal, pero en la transmisión de mensajes referentes a la sexualidad, los no verbales serán los de mayor importancia, ya que transmiten las actitudes y formas de actuar ante determinada situación. De manera que una educación sexual sólo será positiva si el educador se ocupa primero de comprender, aceptar y transformar su propia sexualidad para poder a su vez transmitir una educación sexual congruente con sus pensamientos, palabras y acciones.

La sexualidad es una parte fundamental del ser humano, si se planean, cambian y evalúan constantemente los conocimientos y actitudes que sobre sexualidad se aprenden, se logrará una sexualidad abierta a la crítica y al cambio positivo.

Debido al incremento de problemas relacionados con la sexualidad como divorcios, embarazos prematuros, abuso sexual, enfermedades sexualmente transmisibles, etc., aún cuando la educación sexual no puede resolver estos problemas por sí sola, permite por lo menos enfrentarlos, prevenirlos y buscar soluciones posibles.

Los agentes educativos más importantes en la educación sexual son la familia, los amigos, los medios de comunicación masiva y las instituciones educativas; sin embargo, la familia es el agente que mayor impacto tiene primero en el niño y después en el adolescente, y es precisamente en ella donde se generan distintas formas de interacción o de dinámicas familiares.

Los conflictos del adolescente con sus padres y con las personas que representan autoridad, son en cierto modo inevitables, pero se ven considerablemente aumentados cuando los padres pretenden conservar al hijo en una situación de dependencia infantil o por lo menos de control exagerado, tema que será tratado en el siguiente capítulo.

CAPITULO 5

INDEPENDENCIA PATERNA.

5.1. FORMA EN QUE LLEGO A SER USTED MISMO: ¿ POR QUÉ PIENSA Y SE COMPORTA EN LA FORMA EN QUE LO HACE?.

Los adolescentes necesitan algo contra qué rebelarse, como un modo de decirse a sí mismos que están creciendo, y los padres tienen que poner límites como algo tangible a la lucha del adolescente, así como para su propia seguridad. Los padres quieren que sus hijos crezcan, sus críticas generalmente se refieren a que el adolescente se comporta de manera infantil; sin embargo inconscientemente los padres tratan de retardar el crecimiento de sus hijos, temen perder a su "bebé" y lo protegen (Stone y Church, 1989).

El crecimiento de los hijos en ocasiones puede ser algo amenazante para los padres por que puede por un proceso de identificación reversiva, despertar temores, conflictos y anhelos de su pasada adolescencia; puede recordarles el hecho de como los años han pasado y que ahora son miembros de una generación que envejece. Incluso puede originar una especie de celos sobre los placeres que todavía esperan al adolescente pero que desaparecen para sus padres con la llegada de la edad madura, puede implicar el final de la utilidad de los padres y puede expresar una vida solitaria. La resistencia de los padres hacia el crecimiento de su hijo puede surgir también de la negación a abandonar la autoridad construida. La resistencia es mayor contra el hijo mayor, que en muchas áreas debe de abrir surcos para sus otros hermanos.

Los padres deben recordar que durante los años de la adolescencia su hijo avanza hacia el dominio de la vida adulta, con todas sus exigencias, responsabilidades, desafíos y decepciones. Por lo tanto todas las locuras que hace su hijo aparentemente por el puro placer de molestar, en realidad forman parte del aprendizaje de funcionar de forma independiente y eficaz en el mundo de los adultos.

Tal vez resulte útil recordar que el proyecto de su hijo adolescente consiste en actuar como un adulto y ser tratado como tal, aunque en realidad no se sienta preparado para ingresar al mundo adulto. Esta ambivalencia da lugar a una oscilación entre una conducta sumamente madura como la que implica tener un trabajo, y unas tendencias extremadamente regresivas como molestar a un hermano menor hasta hacerlo llorar. Durante estos breves retornos a la niñez quizá el adolescente parezca estar por debajo de su edad cronológica, sin duda se acerca el momento en que el joven decidirá comportarse de nuevo como un adulto.

Es preciso que los padres desarrollen una intensa simpatía en relación al tránsito de su hijo adolescente entre la niñez y la edad adulta. Es una época difícil en la que los hijos adquieren conciencia de que deben dejar de ser niños protegidos en el seno de la familia. Tienen que luchar con la inevitable angustia de separación que sobreviene con este acontecimiento. Su hijo tiene deseos de decir ¡ no quiero ser adulto todavía!, éste sentimiento expresa la gran confusión e incertidumbre que genera obligaciones como el elegir una universidad o buscar un empleo. La angustia y la ambivalencia de su hijo aumentan a medida que estas tareas le recuerdan que ya no es un niño.

Requiere de gran valor afrontar la pérdida de la niñez y aceptar las ineludibles responsabilidades de actuar como un adulto. Todos los adolescentes se sienten atemorizados ante el desafío y al mismo tiempo ansiosos por iniciar su vida adulta, algunos reaccionaron ante su temor volviéndose muy dependientes, mientras que otros reaccionaron de forma excesiva e insistirán en arreglársela solos sin ninguna ayuda. Pero todos los adolescentes necesitan saber que sus padres siempre estarán presentes en alguna forma para poder recurrir a ellos en caso necesario, así la transición hacia la vida adulta puede ser mucho menos temible cuando los padres se muestran comprensivos y empáticos.

Cuando los adolescentes maduran en un entorno sano y protector, desarrollan la capacidad de creer en su criterio y en sus emociones en vez de verse abrumados por estos y también aprenden a aceptar el desafío de convertirse en adultos.

Si los padres no logran imponer la disciplina en forma afectuosa, firme y eficaz los adolescentes probablemente no adquieran la capacidad de desarrollarse en el sentido de la separación que les permite sentirse autónomos, independientes y seguros de sí mismos. Esto da lugar a un comportamiento regresivo por lo que los adolescentes continúan sintiéndose inseguros y tratan a sus padres en forma exigente e infantil, en vez de desarrollar con ellos una relación adulta.

Si los padres son demasiado indulgentes con su hijo y son incapaces de establecer expectativas claras en relación a la independencia, el joven permanecerá fijado a las preocupaciones infantiles y demostrará escasa iniciativa para asumir las tareas y las responsabilidades. Los adolescentes que han sido tratados en forma demasiado indulgente tal vez desean seguir viviendo en casa de sus padres y tener satisfechas todas sus necesidades, pero se resisten a asumir cualquier responsabilidad, tratando a sus padres y a otros miembros de la familia como sirvientes, tendrán dificultades para ponerse a buscar trabajo y necesitarán que se les recuerde constantemente que deben acabar las tareas importantes.

Es preciso que los adolescentes sean capaces de pensar por su cuenta y de confiar en su propio criterio, si los padres sofocan la autonomía de su hijo haciendo demasiadas cosas por él en vez de permitirle aprender a ser responsable en las cuestiones importantes, el joven será incapaz de desarrollar el sentimiento de que posee recursos propios y tendrá escasa confianza en su

capacidad de cuidarse y valerse por si solo. Los adolescentes que fracasan en el dominio de estas capacidades siguen dependiendo de sus padres se sienten cada vez más frustrados, deseando funcionar como adultos y careciendo de preparación para el futuro. Estos adolescentes probablemente exijan el derecho a que sus padres confíen en ellos y se quejen de que no deberían controlar sus gastos aunque ellos se sigan comportando de manera irresponsable, aún necesitan de la ayuda de sus padres para crecer, pero no pueden admitirlo debido a que esto los hace sentirse dependientes, esto puede ser resultado de una educación ineficaz.

No obstante, aunque los padres realicen una excelente labor algunos adolescentes siguen teniendo conflictos en relación a la idea de actuar como adultos. Los adolescentes que deben enfrentarse a este desafío necesitan que sus padres se muestren libres y protectores, aunque pueda llevarles más tiempo crecer, finalmente aceptarán la idea de que son capaces de dirigir su propia vida.

Los adolescentes desean contemplar la vida con esperanza y optimismo, aunque el padre haya tenido muchas preocupaciones, durante la adolescencia de su hijo es importante que le transmita confianza, piense en todo lo que usted hizo y experimento cuando era adolescente y cómo a pesar de ello pudo convertirse en un ser responsable y productivo de la sociedad. Usted debe confiar que lo mismo le sucederá a su hijo, por muy problemática que haya sido su adolescencia.

A medida que los adolescentes se acercan a los 20 años se vuelven menos ambivalentes respecto a sus padres y empiezan a comprender que estos les exigieron ciertas cosas y les impusieron límites por que los querían, el padre será visto como protector y responsable.

Jersild (1972) menciona que también se deben tomar en cuenta que los cambios en las costumbres, en las maneras y en las condiciones económicas de una generación a otra hace que los adolescentes se inclinen a exigir privilegios y derechos que sus padres no pidieron en su juventud.

5.2. LO QUE LOS PADRES NECESITAN SABER SOBRE SI MISMOS Y SOBRE SU ADOLESCENTE.

Cuando los niños son pequeños hacen muecas, hablan en forma sarcástica o dicen "tonterías" a los adultos para comunicarles que están enojados con ellos o molestos por alguna cosa. Al llegar a la adolescencia expresan su descontento mediante un tono de voz, miradas fulminantes o comentarios sarcásticos. Estas manifestaciones llegan a ser tan hirientes que uno juraría que los adolescentes han asistido a clases para ello. Los padres pueden interpretar esta conducta como una falta de respeto y reaccionan de diversas maneras, algunos las ignoran, otros padres más tolerantes aceptan sencillamente que esta conducta forma parte del desarrollo de los adolescentes y esperan que desaparezca.

En esta etapa el adolescente desea ser libre, se siente atrapado por los padres y sin dinero, salidas, escuela, etc. La adolescencia es un ejercicio de separación para siempre y una preparación para un nuevo tipo de relación entre progenitor e hijo basado en el respeto mutuo.

La independencia del adolescente no es solo un problema para el hijo o la hija, también lo es para los padres, algunos de ellos encuentran difícil dejar que se vaya un hijo sobre todo, si no le han permitido tener más libertad y autodeterminación. Algunos autores sugieren que las peleas entre el adolescente y sus padres no solo son inevitables sino también positivamente esenciales en el proceso de crecimiento.

Hay otras circunstancias que pueden hacer difícil para los padres el dejar que su hijo crezca:

- Una madre que se ha dado enteramente a sus hijos se sentirá intranquila ante la perspectiva de quedar sin una finalidad en la vida.

- El padre que ha vivido su vida a través de sus hijos, buscando mediante ellos lograr por sustitución los placeres que nunca ha gozado o las ambiciones que nunca ha realizado.

- Un padre que ha dependido de sus hijos como soporte emocional, utilizándolos como si ellos fueran padres suyos tanto como él lo es de ellos, puede sentirse inseguro y abandonado.

MÉTODOS PARA CONSERVAR EL DOMINIO PATERNO:

Existen muchos medios por los que un padre que no este dispuesto a que su hijo adolescente se haga mayor, pueda mantener su dominio sobre ellos:

- a) Una forma es ser muy prohibitivo, negando al adolescente el derecho a encontrarse con personas del sexo opuesto por ejemplo.

- b) Otro medio es: " he hecho tanto por ti, que ahora debes quedarte a mi lado"

- c) Reducir la confianza del joven en su propia capacidad para actuar por si mismo.

- d) Utilizar la compasión, diciendo que quedará abandonado y que necesita que le ayuden .

- e) En casos extremos el padre puede recurrir a la invalidez y a su salud, inventando enfermedades que no tiene.

De manera que cuando los padres y los adolescentes elaboran de común acuerdo un código para padres e hijos redactando de manera democrática y abarcando todos los aspectos de la conducta que son importantes para el adolescente el clima familiar mejorará mucho (Hurlock, op. cit.).

5.2.1. PROYECTO DEL ADULTO.

Los conceptos relativos al papel que debe desempeñar cada uno de los miembros de la familia, al igual que otros conceptos se elaboran por medio de las experiencias logradas en los contactos personales y de la observación de la conducta de los demás. Mucho tiempo antes de la adolescencia, el niño ha elaborado conceptos específicos relativos a su papel en la familia, del papel de cada uno de los padres y del que deben desempeñar sus hermanos. Al igual que otros conceptos infantiles, estos están sujetos a ciertos cambios a medida que se amplían sus experiencias y que su aptitud para entender y razonar es mayor; sin embargo, el prototipo fundamental establecido en la infancia no cambia mucho.

Por lo que las fuentes de mayor preocupación de los padres son: asegurar la obediencia y molestarse por la desobediencia, falta de responsabilidad e iniciativa, rendimiento escolar insuficiente, conducta agresiva o excesivamente pasiva, incapacidad deportiva, exceso de conformidad, excitabilidad y llorar en exceso, conducta infantil. Para los padres todos estos rasgos son considerados como pronosticadores directos o indirectos de características adultas que dificultarían el buen éxito en una ocupación adulta; su preocupación especial se centra en sus primogénitos en quienes las esperanzas son más grandes que en los nacidos después.

Los padres se sienten con frecuencia rechazados, cuando sus hijos se encuentran en su búsqueda de independencia y auto dirección; acertada o equivocadamente pueden creer que el adolescente está a propósito tratando de herir sus sentimientos pues ahora ignora a sus padres, los critica, parece que ya no los necesita pero en realidad lo que hace, es que lucha por volverse mayor, lo cual es un síntoma sano de crecimiento.

No hay ninguna debilidad o desgracia adolescente que no sea atribuida al hecho de que los padres han sido demasiado tolerantes o demasiado rigurosos, demasiado protectores, demasiado agresivos o pasivos. El destino de los padres y de los adultos sería mejor si todos los que hacen juicios sobre ellos respetaran la multiplicidad de factores que determinan la conducta humana.

En donde el proyecto como padre o madre de un hijo adolescente consiste en inculcarle determinadas creencias y valores para la vida adulta. Quiere asegurarse de que los valores que el padre tiene sean los adoptados por el hijo y teme que sino lo hace ahora el adolescente no se transformará jamás en un adulto. Los conflictos surgen naturalmente debido a que el proyecto de su hijo consiste en probar y rechazar muchos de estos valores.

Otro proyecto de los padres consiste en ejercer el mayor control posible sobre su hijo, temen perder el control sobre su conducta, las actitudes y los valores aunque esta pérdida de control es una realidad ineludible. Los padres también intentan enseñar a sus hijos a elegir sus amistades, con frecuencia les dirán a sus hijos que no las eligen bien, pues se preocupa de que estos puedan influir en su conducta. Su proyecto consiste en rodear "a su retoño" de personas con solvencia moral y que posean unos valores aceptables para él.

Los conceptos que tienen los padres acerca del papel que ellos mismos desempeñan, pueden clasificarse de manera general en dos categorías:

1) TRADICIONAL. Destaca el papel autoritario del padre, el modelamiento del hijo según un tipo aprobado por los padres, y el inculcar los valores morales y religiosos aprobados socialmente.

2) EVOLUTIVO. Destaca el respeto por la persona y un tipo de orientación que fomenta el desarrollo.

5.2.2. PROYECTO DEL ADOLESCENTE.

Los padres al igual que los hijos tienen conceptos establecidos sobre los papeles que les corresponden. Cuando uno de ellos no realiza el papel que el otro cree que debe desempeñar se producen conflictos y críticas. Por ejemplo, si el padre tiene el concepto del "buen hijo" que es obediente a un padre autoritario, será difícil aceptar la conducta del mismo si su esposa tiene un concepto más moderno y democrático acerca de la crianza de los hijos, y un concepto igualmente moderno de lo que debe ser un "buen hijo".

Los conceptos que se forman los niños y los adolescentes con respecto a sus padres incluyen generalmente características que les disgustan así como rasgos que les agradan.

Habitualmente el adolescente tiene conciencia muy clara de que no está a la altura de las esperanzas paternas, a veces los padres esperan demasiado de los hijos. Cuando los adolescentes se dan cuenta de que estas esperanzas están por encima de su capacidad, esto le provocará resentimiento y la relación padre-hijo se desequilibra.

Las relaciones del adolescente con sus padres como cualquier otra relación interpersonal implica elementos objetivos y subjetivos: los objetivos son aquellos que están manifiestos y a la vista, los elementos subjetivos son más sutiles y pueden ser antirealistas: por ejemplo, cuando el hijo atribuye deseos al padre que este no tiene, cree que su padre está enojado cuando en realidad no es así.

Una de las cuestiones más importantes en el proyecto de un chico de edad adolescente es descubrir las cosas a su manera. Los años de experiencia de los padres, sus buenos consejos no sustituirán la necesidad de un adolescente, de

poner a prueba ideas y sentimientos, a veces esto les lleva a rechazar las creencias más sagradas de sus padres como la religión, las opiniones políticas y la importancia de la familia. Al elegir unos valores sociales y un estilo de vida, es más probable que el adolescente tome como modelo a sus compañeros o a sus amigos.

Otro importante proyecto del adolescente consiste en ser aceptado por sus amigos, esta conducta responde a la necesidad de expresar su individualidad e independencia, los chicos de esta edad sienten una intensa necesidad de no parecer niños pequeños.

A veces desean que sus padres se adapten a la imagen que ellos consideran apropiada, en lugar de aceptar que los padres también son individuos independientes. Otro proyecto consiste en aprender a dar más o menos importancia a unos valores, frente a la importancia que le dan sus padres.

Otra cosa que el padre debe aceptar y que forma parte del proyecto de su hijo es la necesidad de ser más listo que él, de engañarle (Fleming, 1992).

Por otra parte Petrovsky (1985) menciona que la pretensión del adolescente en memoria de nuevos derechos se extiende principalmente a toda la esfera de relaciones con los adultos. Comienza a resistirse a las exigencias que antes cumplía de buen agrado, se ofende y protesta cuando limitan su independencia y en general cuando lo protegen, vigilan, controlan, le exigen obediencia, lo castigan, no consideran sus intereses, relaciones, opiniones, etc.

El adolescente limita los derechos de los adultos pero amplía los propios y pretende que se respete su personalidad y su dignidad humana, se le tenga confianza y aumente su independencia, es decir, aspira a cierta igualdad de derechos con los adultos y se esfuerza en lograr que estos lo admitan así.

El adolescente que puede contar con el amor de sus padres tiene mayor libertad para explorar, para ser el mismo, para poner a prueba sus capacidades, para encontrarse así mismo, está predispuesto a ser más inmune a sentirse culpable que aquel que no es amado. Aún cuando el amor paterno consigue muchas cosas para el adolescente, es evidente que no lo puede lograr todo: no lo protege contra las desilusiones y los errores, ni tampoco puede eliminar de la vida todas las circunstancias que lo llevan al sufrimiento, al desatino (Jersild, op. cit.).

Por otra parte el adolescente rechazado o el que no es amado tendría que encontrar un sustituto de los padres y solamente dependerá de sus propios recursos.

De tal manera que por encontrarse en una etapa de transición en la que no es niño ni es hombre, el adolescente es "incomprendido" por sus padres, sobre todo por que existen diferencias entre las generaciones (padre e hijo) en cuanto a

ESTA TESIS NO SALE DE LA BIBLIOTECA

79

factores culturales, educativos, conceptos distintos sobre moralidad, libertad, disciplina, etc.

Conforme vaya resolviendo sus problemas internos de "separación" de la familia, de aceptación de su sexualidad y de reorganización de sí mismo, le será más fácil adaptarse a su medio familiar y social y logrará un estilo de vida más satisfactorio para él y para los que le rodean, creando así dinámicas familiares determinadas, que le servirán como referencia o guía para su vida futura y que serán abordadas en el próximo capítulo.

CAPITULO 6

PRACTICAS EDUCATIVAS

6.1. CLASIFICACION DE PADRES.

Como es lógico, los padres no pueden ser en todo momento conscientes de su conducta, sobre todo cuando están en plena pelea con sus hijos; pero si desean resolver los conflictos que tienen con ellos, deben ser más conscientes de la importancia de su propia conducta, ya que en la adolescencia como en edades más tempranas el niño necesita fuertes líneas guías establecidas por sus padres, podrá no desear seguirlos, pero le sirven como referencia.

Una de las actitudes paternas más desfavorables es aquella en la que el padre basa sus esperanzas y ambiciones personales en el hijo sin tomar en cuenta la capacidad o los intereses del mismo. En la adolescencia esta actitud se intensifica y es incluso más perjudicial tanto para el individuo como para las relaciones familiares.

El tipo de padre que abriga una esperanza irreal en su hijo es generalmente el que fue un individuo menos triunfador de lo que esperaba, y el hijo por lo tanto, debe compensar la falta de éxito del padre. La ansiedad paterna ante los problemas que afronta su hijo adolescente se intensifica si esos problemas rozan alguno del propio padre que no ha quedado resuelto (Jersild, op. cit.).

El padre que puede decir: " ya se que tengo problemas y estoy tratando de ser lo bastante consciente de mi mismo para evitar que estos problemas se interpongan en mi camino con mis hijos", esta en vías de crear una relación mejor (Caprio y Caprio, 1973).

A continuación se describen varios tipos de padres para que se pueda situar en ellos, haciendo hincapié en los métodos negativos con el fin de ser más reflexivo y no para señalarle sus deficiencias como padres.

6.1.1. PADRES HIPERCRÍTICOS.

Este método educativo se basa en la suposición de que se les puede enseñar a los hijos adolescentes lo que es la vida diciéndoles que todo lo que hacen esta mal, con esto solo se les enseña a odiar el sonido de la voz de los padres y las opiniones que estos expresan.

Generalmente se les dice a los chicos cosas como: " nunca conseguirás nada si haces las cosas de ese modo, eres un irresponsable, ¿ cuándo aprenderás a pensar?".

Esta actitud por parte de los padres suele dar lugar a "miradas asesinas", las más expresivas que hayan lanzado nunca antes los adolescentes. Muchos padres que utilizan este método no pretenden ser tan duros como las palabras que pronuncian lo que buscan en realidad es dar salida a sus sentimientos de frustración.

Los padres que actúan así han aprendido este método en su propia adolescencia o bien simplemente no se oyen así mismos con claridad. El triste resultado es que pierden toda oportunidad de ejercer una influencia positiva en sus hijos adolescentes y crean intensos sentimientos negativos, estos sentimientos no están solo dirigidos a los padres; tienden a escuchar y a creer todas las críticas que se les hacen. Los mensajes críticos se convierten en parte de su estructura psíquica: el muchacho a quien se dice continuamente que es un estúpido tendrá gran dificultad para creer en su capacidad de competir y de tener éxito.

6.1.2. PADRES DISTUTORES.

Esta actitud educativa coloca al padre al mismo nivel que el adolescente y revela una pérdida tanto de control verbal como de su propio sentido de autoridad. Suele ser la actitud de los padres menos observadores. Estos padres no creen estar discutiendo, piensan que están instruyendo a sus hijos sobre la vida y los valores y creen que sus hijos deberían entender esto y aceptarlo sin replicar.

Por muy intensas, frecuentes o ineficientes que sean estas discusiones, los padres no abandonan esta práctica inútil. El resultado suele ser una úlcera o una serie de jaquecas para ellos y un alboroto considerable en el hogar.

6.1.3. PADRES CAMARADAS.

Este es el método educativo que muchos chicos preferirían, los padres que son camaradas de sus hijos son excesivamente tolerantes y muestran poca o ninguna autoridad, pero son excelentes para divertirse y conversar con ellos. Aceptan casi siempre la conducta de sus hijos adolescentes sin emitir juicios y les brindan consejos.

Los adolescentes se relacionan muy bien con los adultos de este tipo por que esta relación los hace sentir mayores, se sienten compañeros, hermanos o hermanas de un adulto. Hacen confidencias a sus padres y la atmósfera familiar general es cálida y aceptable. Los muchachos que se educan con padres de este tipo aprenden la mayor parte de las cosas de la forma más madura.

Sin embargo la excesiva tolerancia de los padres hace que los jóvenes ignoren todo sentido de los límites, aprenden muy poco sobre la importancia de los límites y del control de la propia conducta.

6.1.4. PADRES AUSENTES.

Suelen pertenecer a este grupo los padres que son profesionales o que tienen una vida social muy activa. Por elección o por necesidad, están sumamente ocupados y disponen de muy poco tiempo para criar y disciplinar a un adolescente. Estas personas, al parecer esperan que sus hijos sean lo bastante maduros como para ser responsables de sí mismos.

Algunos padres están en esta situación por necesidad, las madres o padres solos y de recursos limitados, suelen trabajar muchas horas y por lo tanto no tienen otra opción que la de alentar a sus hijos a ser independientes y responsables.

Los padres ausentes por elección suelen tener otras personas que se ocupan de sus hijos y corren el riesgo de que sus hijos crezcan sin saber cuanto les pueden ayudar los adultos en su vida. El adolescente que se educa de esta manera cree que puede afrontar cualquier situación por sí mismo o creer por el contrario que nunca podrá ser independiente. Los adolescentes criados en esta forma tienden a rechazar las normas y las estructuras, el proceso de hacerse mayores les parece difícil.

6.1.5. PADRES AUTORITARIOS.

Son también conocidos como padres excesivamente controladores, este es el método educativo más antiguo de todos.

Los padres que han tenido problemas muy serios con sus hijos adolescentes sienten la necesidad de utilizar este método no obstante en aquellos casos en que resulta necesario o es efectivo, los padres deben ser conscientes de que este método no promueve una actitud positiva hacia ellos.

Este método es limitado, pues no reconoce la validez de la lucha del adolescente por lograr su autonomía, ni de reconocer ningún otro sentimiento que el pueda tener. Muchos padres utilizan este método para tener un alto grado de control sobre sus hijos, pero dañan su relación con ellos, pues se sienten siempre un poco confundidos y jamás realmente comprendidos. No hablan de sus asuntos en el hogar, temen a sus padres, sienten desagrado o incluso odio hacia ellos y esto amplía más la brecha que existe entre los padres y los jóvenes (Hurlock, op. cit.).

Un control excesivo también puede provocar un retardo en el desarrollo social y emocional del adolescente.

6.1.6. PADRES HIPERREACTIVOS.

Los padres que reaccionan ante los problemas de manera desmedida están siempre a punto de perder los estribos. Sus hijos los vuelven locos y la vida les

parece una larga pesadilla, de modo que con frecuencia recurren a las rabietas verbales.

Los padres hiperreactivos son los que más ayuda necesitan pues su hijo ha aprendido a ignorar todo lo que se le dice y simplemente considera a sus padres personas frustradas. En consecuencia, cualquier influencia positiva que estos pretendan ejercer queda minimizada (Fleming, 1992).

6.2. ¿ CÓMO PROPORCIONAN LA EDUCACION LOS PADRES A SUS HIJOS ADOLESCENTES?.

Los errores educativos pueden ser diversos, desde la tolerancia indiscriminada o la sobreprotección hasta el abandono, la inseguridad y la violencia educativa.

Los niños consentidos o semiabandonados así mismos no aprenden a establecer los límites adecuados en sus relaciones con los demás y crecen sin aptitud para tolerar cualquier frustración. La ausencia de reglas y de control puede producir indecisión e inseguridad y la ansiedad de este proceso puede también provocar en el niño agresividad e inadaptación, de ahí la búsqueda posterior de compensación y el refugio en una banda.

A su manera, los padres también pueden afrontar una crisis de identidad: el padre del adolescente promedio ya está entrando a la edad madura cuando sus hijos están alcanzando el punto máximo de su desarrollo físico y sexual, los padres han llegado a la cima en el aspecto físico y comienza su descenso.

Es la época en la que los padres y sus hijos adolescentes deben aprender a establecer nuevas relaciones mutuas. Los padres deben ser capaces de reconocer y estimular las necesidades del adolescente por una mayor independencia, seguir considerando a los adolescentes como " nuestro muchachito" y tratándolo así puede provocar problemas continuos o una dependencia cada vez más inadecuada.

Es importante reconocer que la verdadera independencia no se obtiene de un momento a otro, las necesidades de dependencia siguen existiendo a menudo relacionadas con las primeras, debido en parte a que muchas cosas en su mundo cambian, necesita de una base de seguridad y estabilidad en el hogar y con sus padres.

A la par de la independencia viene un cambio inevitable en las relaciones emocionales entre padre e hijo. Para que el joven pueda alcanzar la madurez emocional, sexual y social debe comenzar a despegarse gradualmente de sus padres. Una de las razones por las que se dan conflictos entre los adolescentes y sus padres es la falta de guías específicas en la sociedad para ambos, sobre el comportamiento apropiado.

CAPITULO 7

TALLER DE COMUNICACIÓN

7.1. METODOLOGÍA.

El presente trabajo estuvo diseñado en dos fases:

FASE 1. Selección de sujetos.

FASE 2. Aplicación del taller.

FASE 1.

SUJETOS.

Se eligió una muestra de 45 padres, sus hijos pertenecen a la escuela Secundaria No. 21 " Calmecac", ubicada en Cuautitlán Izcalli, Edo. de México. Se trabajo con esta muestra ya que el director de la institución refirió que deseaba que se trabajará con el grupo ya que sus integrantes presentaban malas calificaciones; relacionándolo con una relación familiar conflictiva.

MUESTRA.

Se trabajó con 17 padres de familia de los cuales 16 eran mujeres y 1 hombre. De las 16 mujeres, 11 son amas de casa y 5 trabajan fuera de ella, al igual que el padre de familia.

El tipo de muestra que se utilizó fue una muestra no probabilística, las cuales son llamadas también dirigidas ya que suponen un procedimiento de selección informal y un poco arbitraria.

En este tipo de muestras no todos los sujetos tienen la misma probabilidad de ser elegidos, sino que depende de la decisión del investigador. Aunque en éste caso los 18 padres de familia con los cuales se trabajó asistieron al taller de manera voluntaria, manifestándoles que los requisitos que necesitaban cubrir eran los siguientes:

- Que los padres tuvieran un hijo cursando el primer año de secundaria dentro de la escuela antes mencionada.
- Que los padres asistieran regularmente al taller.

La ventaja de éste tipo de muestra es su utilidad para un determinado diseño de estudio que requiere no tanto de una representatividad de elementos de una población sino de una cuidadosa y controlada elección de sujetos con características específicas previamente determinadas (descritas anteriormente).

DISEÑO.

En esta investigación se utilizó el diseño de series cronológicas, el cual se encuentra dentro de los diseños cuasiexperimentales.

Se denomina diseños cuasiexperimentales o de control de variables y selección de sujetos, situación que se presenta por lo regular en estudios sociales. Lo anterior hace fundamental que el investigador tenga conocimiento de aquellas variables que el experimento no controla, aspecto que se debe tener presente en cualquier diseño.

Estos diseños pueden ser de gran utilidad si se tiene presente que todo experimento es imperfecto y que para obtener validez, el experimentador debe ser consciente de dichas imperfecciones a la hora de interpretar sus datos y sacar conclusiones. Se sugiere su empleo en situaciones de estudio de campo.

El diseño de series cronológicas consiste en ejecutar una serie de mediciones u observaciones periódicas a lo largo del tiempo sobre algún grupo o individuo, y realizar una intervención en la serie de mediciones.

En muchas situaciones, sobre todo dentro del campo educativo y social no es posible aplicar el ideal de experimentación, pero no por ello deberá renunciarse a investigar e intentar utilizar diseños que aunque carezcan de un completo control pueden ofrecer la posibilidad de obtener resultados científicamente válidos (Arnao, 1984).

ESCENARIO.

Las sesiones se llevaron a cabo dentro de la biblioteca de la escuela, la cual contaba con un área de 6m x 4m, además de buena iluminación, ventilación y mobiliario adecuado para la realización del taller.

MATERIALES.

- hojas blancas
- rotafolio
- papcl bond
- plumones
- lápices
- gises
- cinta adhesiva
- revistas
- tijeras

- pegamento
- cartulinas
- Películas: " Si me quieres demuéstralo" y " Peligros"

INSTRUMENTOS.

- Hoja de deseos (anexo 1)
- Caso de Panchito (anexo 2)
- Diálogos de comunicación (anexo 3)
- Cuestionario1(anexo4)
- Lista de indicadores de un problema (anexo 5)
- Diálogos sobre sexualidad (anexo 7)
- Ejercicio de inquietudes sexuales (anexo 6)
- Cuestionario 2 (anexo 8)

PREGUNTAS DE INVESTIGACION.

1. ¿Los conocimientos que los padres adquieran ayudarán a mejorar la comunicación y relación con sus hijos?
2. ¿Los padres adquirirán habilidades asertivas y las llevarán a la práctica ante diversas situaciones problema que viva su hijo adolescente?

HIPÓTESIS.

Si se acepta que la mayoría de las familias enfrentan algunos problemas para manejar adecuadamente la relación con sus hijos adolescentes y que dicha problemática puede estar relacionada con procesos de comunicación, entonces se puede contribuir a mejorar la situación entre ambos.

FASE 2.

APLICACIÓN DEL TALLER.

ORGANIZACIÓN DEL TALLER: Constó de 14 sesiones de 2 horas, los días martes y jueves de 7 semanas con una duración total de 28 horas.

Los contenidos generales fueron los siguientes:

- Ambientación
- Hacer que el adulto recuerde que fue adolescente
- Proyecto del adulto y del adolescente
- Tipos de padres
- Los padres y la educación
- ¿ Por qué es importante la adolescencia? Y problemas frecuentes
- Conductas detectables ante un problema

- Conductas de inquietud sexual y cómo reaccionar ante ellas
- Barreras de la comunicación
- Mitos de la sexualidad
- Conclusión y cierre

PROCEDIMIENTO.

El procedimiento seguido en la aplicación de este taller fue el siguiente:

1. Información general a los padres sobre la temática del taller.
2. Aplicación del taller en cuanto al programa que se tenía estructurado.

OBJETIVO DEL TALLER. Implementar un taller de comunicación dirigido a padres de familia con la finalidad de orientarlos sobre los cambios (físicos, psicológicos y sociales) que presentan sus hijos en la etapa de la adolescencia y con esto lograr una mejor comunicación entre ellos.

SESION 1. AMBIENTACION.

OBJETIVO. El propósito de esta sesión es proporcionar información general sobre el taller, hacer una presentación formal de las Psicólogas ante los padres de familia, así como que ellos se conozcan entre sí generándose un ambiente de confianza para el óptimo desarrollo del taller.

MATERIALES. Hojas blancas, marcadores de colores, lápices.

TÉCNICA. 1. "Memorización de nombres".

CONTENIDO: El grupo se acomoda en una posición en que puedan verse cara a cara. La primera persona dice su nombre, la segunda repite el de la primera y el de ella y así sucesivamente hasta la última persona.

TIEMPO: 20 min.

2. "Dibujo que expresa algo de mí".

CONTENIDO: Se pide a las personas que hagan un dibujo de lo que más les interese, preocupe o represente. Pueden complementarlo con algo escrito. Cada persona debe describir al grupo su dibujo explicando porque lo hizo.

TIEMPO. 30 min.

SESION 2. AMBIENTACION.

OBJETIVO: Favorecer el conocimiento de sí mismos, mostrarse o darse a conocer a los demás y lograr un conocimiento mayor de ambas partes.

MATERIALES: Hojas blancas, plumas, cartulinas o marcadores.

TECNICA: "Detección de expectativas"

CONTENIDO. Esta técnica auxilia además a que el grupo determine sus expectativas en común y verifique las posibles discrepancias que se tengan sobre el evento.

Se solicita a los participantes que respondan de manera individual a las siguientes preguntas:

- ¿ Por qué estoy aquí?
- ¿ Qué me gustaría aprender?
- ¿ Qué pienso aportar?
- ¿ Qué me gustaría que ocurriera?
- ¿ Qué me gustaría que no ocurriera?

Ya respondidas las preguntas, se les pide que fomen equipos de 4 o 5 personas y en una cartulina expongan sus respuestas en común. Se colocan las cartulinas en el pizarrón y se discuten las respuestas por equipos. El instructor debe cuidar que las expectativas de los participantes no difieran con el objetivo del taller, si ese es el caso hay que negociarse, cambiarse o dejar claro que esa expectativa no se cumplirá dentro del taller.

TIEMPO: 60 min.

SESIONES 3 Y 4. HACER QUE EL ADULTO RECUERDE QUE FUE ADOLESCENTE.

OBJETIVO: Que los padres recuerden como vivieron su etapa de adolescencia, reflexionando si existen diferencias o similitudes con la adolescencia de su hijo facilitando así la comprensión de la misma.

CONTENIDO. La familia como núcleo primario donde el niño llega al mundo, donde establece vínculos afectivos y va a despertar a cuanto le rodea, es el grupo social que va a tener más trascendencia, para su desarrollo y equilibrio durante toda la vida.

Por estos motivos la familia debe ofrecer unas pautas educativas que permitan adquirir una madurez personal, facilitando la reflexión y valoración de las situaciones en las que se debe vivir, haciendo posible la comprensión de todo lo que nos rodea.

Sin embargo, en la vida cotidiana, no todos los niños están sometidos a las mismas pautas educativas, ni tampoco la misma familia aplica unas pautas fijas a todos sus hijos (por ejemplo, al hijo mayor y al hijo menor, ó a los hijos y a las

hijas) pudiendo haber diferencias entre el comportamiento de cada uno de los progenitores.

Esto se refleja en el hecho de que muchas familias reaccionan y dan pautas educativas de forma intuitiva, sometidas a las presiones y tensiones del ambiente, del momento y del mismo niño con lo que al no haber planificación, las contradicciones son inevitables.

Por ello, el ejemplo de los padres, principales modelos de los hijos, es elemento imprescindible para el éxito educativo, sin olvidar que con la edad, el hijo, haciendo uso de su libertad, además de independizarse de la familia, podrá seguir ó no las pautas que ha recibido, cambiarlas y/o adaptarlas a su forma de vivir.

Lo importante es que el niño disponga de unas pautas y unos criterios que son los que le van a servir de punto de partida y referencia para poder establecer sus propios criterios.

Por otra parte las relaciones entre padres e hijos (adolescentes) con frecuencia representan un mayor problema para los primeros: para aquellos padres que no desean ó no pueden dejar que sus hijos se alejen de ellos, la adolescencia puede ser una experiencia desagradable debido a varias razones, el contexto de la crianza es un factor importante ya que los padres enfrentan al mismo tiempo cambios en su desarrollo personal, pasan de la madurez juvenil a la mediana edad temprana. No se puede considerar a los adolescentes y sus problemas sin tomar en cuenta la manera en que interactúan con sus padres (Berryman, 1994 y Quintana, 1993).

MATERIAL. Hojas blancas, plumas

TÉCNICA. "Mi experiencia".

Los padres escribieron en una hoja su experiencia personal de cuando fueron adolescentes: cómo vivieron esta etapa, que hicieron, que deseaban, que pensaban, que no tuvieron y como reaccionaron sus propios padres ante todo esto. Se les pide que busquen similitudes o contradicciones con la adolescencia de su hijo. Se intercambian sus hojas con su respuesta para que otra persona les de lectura y la persona que la escribió de una explicación ante el grupo. Una vez terminado el punto anterior se discute en plenaria el tema para abordar puntos en común y sacar conclusiones al respecto.

TIEMPO 90 a 120 min.

SESION 5. PROYECTO DEL ADULTO Y DEL ADOLESCENTE.

OBJETIVO: Que los padres identifiquen cómo les gustaría que se comportara su hijo y viceversa en distintos contextos sociales (casa, escuela y con sus amigos) con el fin de que la díada padre-hijo se adapte con mayor facilidad a ésta nueva etapa.

CONTENIDO. La adolescencia y la juventud son un período de muchos cambios en el crecimiento, la sexualidad, la vida familiar, los estudios, el trabajo, etc.; el propio adolescente y el entorno cambian rápida y constantemente. Todos estos cambios y las decisiones que tienen que tomar acaban por tener una importancia decisiva para posteriores etapas ya que mientras ellos cambian en su figura ó aspecto corporal, en sus deseos, afectos, necesidades, capacidades mentales, cambian también las relaciones con la familia y con los amigos de ambos sexos.

Al llegar esta etapa generalmente se presentan diferencias en la relación padre e hijo. El papel de los padres se ve cuestionado algunas veces con gran severidad , anteriormente las indicaciones u órdenes eran aceptadas por sus hijos sin protestar ó la protesta simplemente se manifestaba pero lo hacían; ahora el adolescente cuestiona y responde expresando su punto de vista, reflejando con esto la búsqueda de autonomía e identidad.

En respuesta a lo anterior la díada padre-hijo entra en conflicto por diversos motivos, pero principalmente la mayor parte de los problemas que se presentan existen por que el padre todavía no se ha adaptado ni se ha hecho a la idea de que su hijo ya no es un niño. Esta falta de comprensión se refleja sobre todo en las limitadas responsabilidades y oportunidades que se le dan para actuar como adulto en las actividades cotidianas de la familia (López, 1995).

Evidentemente el proyecto del adulto ya no es el mismo que el del adolescente, debido a que ya no se comparten los mismos intereses, ideas y sugerencias. El adolescente tiene ahora nuevas necesidades, se interesa por todo lo novedoso, le llama la atención lo desconocido, quiere probar cosas nuevas, le gustan los retos y los desafíos, quiere ser diferente, por eso se rebela ante las reglas impuestas ó establecidas por los adultos y es precisamente cuando surgen los problemas, las incomprensiones, los disgustos y los desacuerdos por no cumplir con lo que " es mejor para él".

El proyecto del adolescente consiste en crecer y aprender todo lo referente a la vida, probando, rechazando, explorando por él mismo aunque muchas veces fracase y vuelva a comenzar, hasta llegar a adquirir capacidades propias de la edad adulta.

Sin olvidar que en éste proceso de maduración también intervienen otras personas como amigos, compañeros, parientes, profesores y toda aquella persona que forma parte de su medio social.

MATERIAL. Formato de hoja de deseos ("Yo desearía de mi hijo, mi hijo desea de mí")(anexo 1), plumas.

TÉCNICA. Se solicita a los participantes que identifiquen individualmente cómo desearían que su hijo adolescente se comportara dentro de casa, en la escuela y con su grupo de amigos y lo que desde su punto de vista sus hijos desearían de ellos en los mismos aspectos. Posteriormente comentan sus respuestas ante el grupo para llegar a una conclusión.

TIEMPO: 60 a 90 min.

SESIÓN 6. TIPOS DE PADRES.

OBJETIVO: Que los padres se conceptualizen de acuerdo a las características o aspectos que crean cubrir dentro de los distintos tipos de padres.

CONTENIDO. Como es lógico los padres no pueden ser en todo momento conscientes de su conducta, sobre todo cuando se encuentran en problemas con sus hijos, pero si desean establecer una buena relación con su hijo adolescente debe empezar por observarse a sí mismo.

Observar su propia conducta significa conocer sus propias reacciones hacia sus hijos, conocerlas mejor de lo que conoce las reacciones de él hacia usted, significa ser muy consciente de sus propios estados de ánimo y de la forma en que estos influyen en la conducta de su hijo ya que en la adolescencia como en edades anteriores el niño necesita guías ó líneas establecidas por sus padres que le sirven como referencia.

Los padres no suelen darse cuenta de la gran influencia que tiene su conducta en su hijo adolescente, el cual percibe las conductas y actitudes y reacciona ante las mismas.

De ahí, que las conductas que los padres asumen están determinadas en gran medida por el tipo de padre que sea debido a que existen diversas maneras de proporcionar la educación a los hijos.

Dependiendo del tipo de padre que sea es que se comportará como guía, detective, amigo, indiferente, controlador o autoritario y/o manipulador obteniendo una respuesta concreta, por parte de su hijo que puede ser de rebeldía, desobediencia, sumisión, indiferencia, temor, etc.

Sin embargo no existe un padre ideal pues la mayoría cuenta con características de las otras clasificaciones (hipercríticos, camaradas, ausentes,

autoritarios) de manera que es difícil encontrar a un padre que solamente cubra los aspectos de una clasificación.

MATERIAL. Narración de un caso concreto: "Caso Panchito". Apoyo en la lectura sobre: "El establecimiento de un diálogo con los hijos" (*anexos 2 y 3*).

TÉCNICA. Se le da lectura al caso concreto de "Panchito" un adolescente problemático.

Se les pide a los padres que anoten en una hoja cómo reaccionarían ellos ante esa situación, suponiendo que fuera el caso de su hijo. Se comenta con el grupo sus respuestas y se retroalimenta con el material de lectura sobre como establecer un diálogo con los hijos. Finalmente se realiza una introducción a la siguiente sesión.

TIEMPO: 90 a 120 min.

SESION 7. LOS PADRES Y LA EDUCACIÓN.

OBJETIVO: Conocer la reacción (actitud) que tendrían los padres con su hijo adolescente ante determinadas situaciones de la vida diaria.

CONTENIDO: No es posible describir un tipo único de adolescente. Sin embargo, la adolescencia es un período que se caracteriza por cierto número de problemas con los cuales hombres y mujeres no pueden dejar de enfrentarse, a causa de la transformación fisiológica de la pubertad: los problemas de la adolescencia son principalmente de adaptación ya que convertidos repentinamente en jóvenes se sienten igual que antes y distintos a la vez.

El adolescente muestra una marcada tendencia a adoptar opiniones contrarias a las comúnmente admitidas en su ambiente, debido a la necesidad que siente por desprenderse o separarse del influjo familiar y tener opiniones propias. Es el momento de elegir entre dos caminos, uno lo lleva a la formación de una personalidad independiente, y otro a la renuncia de toda idea personal, para convertirse en un reflejo de quienes lo han educado.

Los padres deben respetar ese deseo de independencia, aprovechar todas las ocasiones que se presentan para tratarlo ya como persona mayor.

Para ello existen muchos temas: los deportes, las clases, sus amigos, sus ocupaciones, etc. Lo importante no es el tema sino la manera de enfocarlo, la manera en que se maneja, dejándolo libremente exponer sus opiniones, que aunque la mayoría de las veces chocan con las del adulto o no se comparten, sí por lo menos se deben respetar.

El principal papel de los padres es el de proporcionar a sus hijos el ambiente más favorable a su crecimiento y desarrollo.

Los padres se olvidan de su adolescencia y de su infancia. Para ellos, ésta es una edad difícil, en la que ellos mismos tienen la impresión de haber sido capaces de hacer cosas buenas y malas. Cuando se ven reflejados en sus hijos, se desaniman y se inclinan a esperar de ellos lo malo, antes que lo bueno.

Los padres olvidan la importancia que tiene la comunicación a esa edad, resulta más fácil prohibir y castigar que alentar y estimular. El adolescente necesita que el adulto respete su mundo interior, sin que ese respeto se vuelva ó parezca indiferencia. Por ese la primera cualidad de los padres de un adolescente debe ser el saber escuchar (Cameiro, 1977).

Según López (1995) la educación es el arte de acompañar a los hijos en el proceso de maduración. El punto de partida de éste proceso es el momento del nacimiento, el punto de llegada es la "vivencia adecuada" por parte del hijo, una meta ideal que no se acaba de conseguir nunca, y las etapas de éste proceso son una serie de pasos marcados a su vez por unas leyes comunes de crecimiento psicológico y ético, y también por maneras de ser, influencias y situaciones irrepetibles y personales. La educación es un arte que se debe ir creando dependiendo de cada hijo y de cada situación, que en parte depende del educador y en parte se ha de aprender a base de reflexión y experiencia.

La educación entonces, es la comunicación de ciertos valores vividos personalmente. Es una capacidad de auto dirección, lo que se desea y debe estimular, no se trata de imponer una manera de ser, de sentir, de pensar y de actuar. Lo que los padres deben hacer es estar cerca de sus hijos, ayudarles cuando sea necesario.

MATERIAL Cuestionario 1 ("Cómo reaccionarían los padres ante determinadas conductas de sus hijos"), (anexo 4) y lápices.

TECNICA: Los padres de familia responden a las preguntas del cuestionario de acuerdo a cómo ellos creen que reaccionarían ante esa situación con sus hijos. Una vez hecho lo anterior, de manera voluntaria comentan sus respuestas ante el grupo.

TIEMPO: 60 a 90 min.

SESION 8 Y 9. ¿ POR QUÉ ES IMPORTANTE LA ADOLESCENCIA? Y PROBLEMAS FRECUENTES.

OBJETIVO: Indagar el punto de vista de los padres acerca de la importancia de la adolescencia, así como conocer cuáles creen que son las causas y las consecuencias de los problemas en ésta etapa.

CONTENIDO. La importancia de la adolescencia está determinada por que en ella se generan las bases y la orientación general en la formación de las actitudes morales y sociales de la personalidad, que se siguen desarrollando en la edad juvenil.

El período de la adolescencia se considera difícil y crítico, pero no es la única fase crítica de la vida, existen otras como la de los tres años, la de los siete y la de los cincuenta. Cada una de ellas se presenta como un momento de inestabilidad, de cambios que va seguida de una fase de descanso.

Es decir, la presencia de un período de inestabilidad marca en general el inicio de una etapa superior en la evolución del individuo, representa el comienzo de un nuevo impulso, que se manifiesta según la edad, el temperamento, las condiciones de raza, geográficas y sociales del medio ambiente.

Se debe partir entonces, del supuesto de que la crisis es algo natural y beneficioso para el adolescente: deja la infancia, empieza una metamorfosis, un cambio, rompe con todas las imágenes infantiles, en su interior se establece una lucha, y ésta es la causa de la crisis. Empieza a comprender lo que a él le toca ó que tiene una tarea propia en la vida, que el mundo no se limita al marco familiar.

Antes de los 11-12 años, su vida se veía siempre anticipada por los padres, ellos representaban su mundo, todas sus necesidades le eran resueltas. Ahora al iniciarse la juventud, comienza a tener conciencia de que es él quien debe responsabilizarse de sus actos. Empiezan los conflictos psíquicos, pero poco a poco va superando los cambios hasta llegar a tener una nueva seguridad en sí mismo.

La adolescencia es la etapa en la cual se comienzan a escoger y a definir metas. Esta decisión puede ser tomada para bien ó para mal, para bien si se logra lo que se propuso y para mal si se deja que la incertidumbre, el ocio, la indiferencia y la confusión predominen y lo lleven a buscar salidas fáciles, enfrentándose a diversos problemas como la delincuencia, las drogas, la ansiedad, la depresión, la deserción escolar, el suicidio, etc.

Todo esto afecta su estado de ánimo, su concentración y el funcionamiento del conocimiento en general, interrumpe su crecimiento sano y provoca un efecto perjudicial en el organismo debido a que se encuentra en pleno desarrollo (Isambert, 1972).

MATERIAL. Revistas, cartulinas, tijeras, pegamento, marcadores, regla y cinta adhesiva.

TÉCNICA. " Collage "

Los padres representan con ayuda de recortes de revistas, el por qué consideran importante la etapa de la adolescencia, resaltando cuáles son desde su punto de vista los problemas que se presentan con más frecuencia en esta etapa. La actividad se realiza por equipos de 4 ó 5 integrantes.

Se nombra un representante por equipo que se encarga de exponer al grupo su trabajo. El resto del equipo puede participar aportando experiencias o anécdotas personales.

TIEMPO: 60 a 90 min.

SESIÓN 10. CONDUCTAS DETECTABLES ANTE UN PROBLEMA.

OBJETIVO: Conocer si los padres identifican en sus hijos conductas no habituales y como reaccionan ante ellas.

CONTENIDO. La adolescencia considerada como un período de transición entre la niñez y la vida adulta, comienza con el inicio de los cambios fisiológicos.

La adolescencia implica una serie de cambios biológicos y psicológicos, que sitúan al joven ante una nueva forma de sentir y percibir todo lo que le rodea.

Una de las tareas más importantes de la adolescencia es la búsqueda de identidad personal, es decir, el desarrollo de un sentimiento del propio yo como alguien que se diferencia de los demás. El adolescente necesita adquirir una mayor autonomía e independencia con respecto a su familia, como consecuencia las relaciones con su grupo de iguales irá teniendo mayor importancia.

Al adolescente ya no le basta con la seguridad y el apoyo emocional que pueda encontrar en la familia, necesita además sentirse parte de un grupo con el cual pueda compartir sus nuevas actitudes e intereses, un grupo en el que se vean reforzadas sus creencias, actitudes y valores y en el que se sienta valorado y seguro.

Durante la adolescencia todos estos cambios corporales que se presentan tanto a nivel interno como externo pueden dar origen a conflictos, crisis, angustias y ansiedades.

Los comportamientos y actitudes que pueden indicar desajustes ó problemas en la adolescencia son: el adolescente muestra cambios bruscos en la escuela, tiene cambios inesperados de humor y se deja dominar por la depresión y/o la euforia, pierde el apetito y le cuesta trabajo conciliar el sueño, sus amistades son ajenas a las antiguas y no son presentadas a la familia, su demanda económica es mayor y constante, existe un desinterés por todo y no tiene ilusiones ni metas razonables, se adjudica todas las libertades sin permisos y sin importarle los regaños o castigos ya que le gusta desafiar toda autoridad, descuidan su aspecto físico (Ruiz, 1988).

MATERIAL: Lista de signos y/o indicadores de un problema (*anexo 5*) y lápices

TÉCNICA: Se proporciona a los padres de familia la lista de signos que pueden indicar cuando el adolescente se encuentre en problemas, el cual abarca 4

aspectos: escuela, vida social (amigos), vida emocional y la familia. En esta lista señalan cual(es) de esos signos han observado en su hijo y si a partir de detectarlos se han dedicado a investigar si su hijo(a) tiene un problema.

Posteriormente comentan de manera individual sus respuestas ante el grupo, se analizan y se llega a una conclusión del tema.

TIEMPO: 60 min.

SESION 11. CONDUCTAS DE INQUIETUD SEXUAL Y COMO REACCIONAR ANTE ELLAS.

OBJETIVO: Investigar el método que utilizan los padres para proporcionar educación sexual a sus hijos.

CONTENIDO: La educación de la sexualidad infantil está presente desde el momento del nacimiento. Todos se quiera o no reciben educación sexual, pues ésta puede darse de varias formas incluyendo mensajes tanto verbales, como no verbales y actitudes hacia ciertos comportamientos y conductas sexuales.

De ahí que los agentes educativos más importantes en la educación sexual infantil son: la familia, los amigos, los medios de comunicación masiva y las instituciones educativas, de todos ellos, la familia es el que tiene mayor impacto.

La sexualidad empieza a desarrollarse desde el momento del nacimiento, evoluciona, se proyecta y muere con cada persona: al momento del nacimiento se asigna al bebé al grupo de las mujeres ó de los hombres de acuerdo con su sexo " aparente", a partir de aquí habrá una serie de mensajes que se transmitirán al niño.

En la sociedad los padres son los primeros educadores sexuales, la madre en especial es el primer vínculo afectivo. Los padres dan a sus hijos información sexual; aun cuando no se hable de sexo entre padres e hijos, los niños aprenden por medio de los roles que se establecen entre ser hombre y ser mujer, la forma de tocarse, los besos, abrazos, la actitud hacia la desnudez, el cuestionamiento sobre el nacimiento de los niños, etc.

En la etapa infantil los amigos no tendrán tanta influencia como en la preadolescencia, sin embargo se empiezan a establecer vínculos importantes de identificación que facilitan el clima de confianza necesario para hablar de temas como el de la sexualidad.

Conforme se incrementa la edad de los jóvenes de ambos sexos, disminuye la influencia de la familia (a través de padres), y se incrementa la influencia de la escuela, del grupo de amigos y de los medios de comunicación.

Debido al incremento de problemas que tienen que ver con la sexualidad: divorcios, embarazos prematuros, abuso sexual, enfermedades sexualmente transmisibles, etc., y aunque la educación sexual no puede resolver estos problemas por sí sola, sí permite enfrentarlos, prevenirlos y buscar soluciones adecuadas.

No se puede "elegir" si un niño recibirá ó no educación sexual, pues de todas maneras se dará, buena ó mala, en todo lo que el niño haga, escuche, vea, imagine, etc., y en la actitud que tome el adulto de callar, negar, mentir, reprimir, alentar, informar. Pero sí se puede elegir cómo proporcionar algunos aspectos de educación sexual de manera oportuna y adecuada que den lugar a comportamientos más responsables y satisfactorios (Sánchez y Hernández, 1998).

MATERIAL. Cartulinas, papel bond, marcadores, lápices, diurex, Ejercicios de inquietudes sexuales y Pasos para establecer los primeros diálogos de sexualidad (*anexo 6 y 7*).

TECNICA: Las psicólogas realizan la exposición del tema de sexualidad y de los aspectos relacionados con el mismo. Durante la exposición se realizan preguntas a los padres sobre el método que utilizan para hablar con sus hijos acerca de sexualidad, de qué medios se auxilian, a qué edad comenzaron a hablarles del tema, si consideran importante hablar de sexualidad con sus hijos, etc. A continuación resuelven el ejercicio de inquietudes sexuales y lo comentan ante el grupo.

Posteriormente se explica a los padres una forma sencilla y práctica de cómo establecer los primeros diálogos sobre sexualidad con sus hijos. Finalmente se resuelven dudas, preguntas y se llega a una conclusión del tema.

TIEMPO: 2 horas.

SESION 12. BARRERAS DE LA COMUNICACIÓN.

OBJETIVO: Detectar cuáles son los principales obstáculos que impiden una comunicación efectiva entre padres e hijos.

CONTENIDO: El adolescente necesita afirmar su personalidad, al iniciar su vida de adolescente experimenta cambios en su carácter y en su vida afectiva.

Entre los 12 ó 13 años los padres pueden observar que el niño se vuelve más retraído. Exterioriza mucho menos sus sentimientos y en ocasiones parece que se ha vuelto indiferente. Sin embargo lo que sucede es todo lo contrario: su vida afectiva se vuelve más intensa y en lugar de manifestar abiertamente todos sus sentimientos, guarda en su interior sus reacciones y vivencias afectivas, se vuelve más sensible, se vuelve más egocéntrico, el centro de atención es su propia persona, cree que todo gira a su alrededor.

Quisiera que el mundo fuera conforme a sus deseos. Sus experiencias limitadas chocan con la que sus padres ó mayores tienen. El adolescente necesita que el adulto respete su mundo interior, sin que ese respeto pueda confundirse con indiferencia.

Entre padres e hijos existen dos barreras: una formada en el tiempo y espacio, por las costumbres, por el ambiente, por las amistades, por todas las influencias externas, otra es la barrera de la incomprensión.

La primera cualidad de los padres de un adolescente debe ser saber escuchar y comunicarse en forma clara y directa (Boersner y Quintero, 1994).

MATERIALES: Hojas de rotafolio, marcadores, plumas, diurex, Cuestionario 2 (anexo 8).

TECNICA: Las psicólogas realizan la exposición del tema comunicación entre la díada padres e hijos. En el transcurso de la exposición se realizan preguntas a los padres de cómo establecen comunicación con sus hijos, si deja que su hijo exprese lo que siente y piensa, si le ayuda a resolver sus problemas, etc.

A continuación los padres responden al cuestionario sobre comunicación entre padres e hijos. Se resuelven dudas y preguntas acerca del tema.

TIEMPO: 60 a 90 min.

SESION 13. MITOS DE LA SEXUALIDAD.

OBJETIVO: Conocer las ideas que se tienen acerca de la sexualidad y cómo estas son transmitidas a los hijos.

CONTENIDO: La educación de la sexualidad infantil es un proceso de acción realizada en el aprendizaje y experiencias del niño y el medio que le rodea, de su género y de sus vinculaciones afectivas, donde va creando su propio estilo de vida.

Los niños desde que nacen reciben mensajes sobre como deben comportarse según su género: qué somos, qué son los demás y qué debemos hacer según nuestro sexo.

Los mensajes que reciben los niños acerca de su identidad y roles de género, son aceptados por la sociedad con marcadas diferencias entre hombres y mujeres en muchos aspectos de la vida, esos mensajes son tanto conscientes como inconscientes en diferentes situaciones.

En general los padres no tienen problema al aceptar que su hijo explore su cuerpo, sus manos, sus pies, su boca, pero reaccionan muy diferente cuando se trata de la exploración de los genitales. Los niños desde pequeños pueden sentir

placer, pero ese placer no es igual al que sienten los adultos, ya que esas sensaciones se van haciendo cada vez más complejas conforme se va desarrollando el ser humano (Sánchez y Hernández, 1998).

La manipulación de los genitales en los niños durante mucho tiempo se consideró negativa y mala y aunque esa idea ha ido cambiando hasta ser considerada una conducta natural, aún existe una actitud negativa al respecto. Esta y otras ideas erróneas con respecto a la sexualidad lo único que provocan en la gente es confusión y con esto una mala transmisión de la información hacia las nuevas generaciones.

MATERIALES: Papel bond, marcadores, plumas, diurex.

TECNICA: "Mesa redonda".

Se acomoda el mobiliario en forma de círculo para que los participantes se vean cara a cara. Los padres comentan de manera voluntaria ante el grupo su experiencia personal de cómo le fueron transmitidos los mitos acerca de la sexualidad y cómo en ocasiones ellos a su vez los transmiten a sus hijos.

Una vez realizada la actividad anterior las psicólogas dan la explicación sobre el tema aclarando ideas erróneas acerca de la virginidad, el tamaño del pene, masturbación, etc.

TIEMPO: 2 horas.

SESION 14. CONCLUSION Y CIERRE.

Esta sesión se dedica a resolver dudas, hacer comentarios, dar opiniones y alternativas extras sobre los temas tratados a lo largo del taller.

TIEMPO: 60 min.

7.2. ANALISIS DE RESULTADOS.

1° Se analizaron los resultados de manera cuantitativa.

2° Se analizaron los resultados de manera cualitativa.

Los participantes en esta investigación fueron 17 padres de familia, los cuales acudieron de manera voluntaria. El tabla 1 muestra los datos generales de cada padre de familia; como su ocupación y sexo.

PADRES	SEXO		OCUPACIÓN
	MASCULINO	FEMENINO	
1		X	Trabaja fuera de casa
2	X		Trabaja fuera de casa
3		X	Hogar
4		X	Hogar
5		X	Hogar
6		X	Hogar
7		X	Trabaja fuera de casa
8		X	Hogar
9		X	Hogar
10		X	Hogar
11		X	Trabaja fuera de casa
12		X	Trabaja fuera de casa
13		X	Hogar
14		X	Hogar
15		X	Hogar
16		X	Hogar
17		X	Trabaja fuera de casa

TABLA 1. Datos generales de los padres de familia

Como se observa en el cuadro1 el 65% de los padres de familia se dedicaba al hogar y el 35% restante trabajaba en alguna actividad fuera de casa. También se puede observar que la mayoría son mujeres que se encargan de la educación de sus hijos debido a que son las que pasan mayor tiempo con ellos, mientras que el 12% de los participantes estuvo formado por un matrimonio, padres de una de las alumnas perteneciente a la escuela Secundaria antes mencionada.

Posteriormente se les informó a los padres sobre la importancia de su asistencia al taller con el fin de no perder la continuidad de los temas y así dar un seguimiento al trabajo. Además se les dio a conocer que el objetivo del taller tenía la finalidad de orientarlos sobre los cambios (físicos, psicológicos y sociales) que

presentan sus hijos en la etapa de la adolescencia y con esto lograr una mejor comunicación entre ellos.

También se les preguntó acerca de cuáles eran sus expectativas hacia el taller, con respecto a estas las más comunes fueron:

- a) Aprender a través del intercambio de experiencias con otros padres, como orientar y educar mejor a sus hijos.
- b) Escuchar los comentarios de otras personas para adquirir nuevos conocimientos.
- c) Ampliar y/o reafirmar sus conocimientos generales para mejorar la forma de educar a sus hijos.
- d) Buscar una mejor manera de comunicación e identificación para lograr una buena relación, a través de la comprensión de ideas para darles un mejor trato a sus hijos.
- e) Responder correctamente a dudas e inquietudes con base a los conocimientos adquiridos en el taller.
- f) Llevar a cabo más pláticas y talleres para padres con la finalidad de reforzar los conocimientos; aprender y orientarlos para lograr sus metas.

Para lograr lo anterior estuvieron dispuestos a aportar su tiempo, vivencias, experiencias personales, opiniones y conocimientos que tenían sobre determinado tema.

Además hubo propuestas para que el taller fuera:

- Dinámico y activo
- Que en el transcurso de las sesiones se respetara el tema
- Que se evitaran pleitos y discusiones respetando los diferentes puntos de vista
- Explicaciones de manera clara y coherente para la facilitación y comprensión del tema expuesto dentro del taller
- Que en caso de presentarse obstáculos como deserción y/o inasistencia se continuara con el taller.

Uno de los temas que causó más inquietud a los padres fue el de la sexualidad. Ello se pudo observar en las preguntas manifestadas durante el transcurso del taller, por ejemplo:

- ¿ La masturbación causa algún daño?
- ¿ A qué edad debemos hablarles a los hijos sobre sexualidad?
- ¿ Quién debe hablarles a los hijos sobre sexualidad: el papá ó la mamá?

Observándose que la mayoría de los padres carecían de conocimientos básicos referentes a los temas que se abordaron en el transcurso de esta investigación.

Cabe mencionar que se tuvieron que dar temas que no se tenían planeados (mitos de la sexualidad) debido a las ideas erróneas que se tenían al respecto. En este aspecto fue fundamental utilizar un lenguaje común que permitiera la comprensión por parte de los padres, reestructurándose las sesiones para fomentar la participación y el intercambio de ideas.

Además expresaron que existió coherencia y dominio de los temas, mostrado a través de la seguridad con que se manejaba la información que contestaba a las incógnitas que cada uno de ellos tenía al respecto ya que se presentaron muestras de amabilidad, paciencia, esfuerzo y dedicación para los temas; dándose con esto un ambiente de confianza que les permitió sentirse a gusto.

Por lo cual la asistencia del taller fue en un 94% de la madre y en un 6% del padre, observándose constancia en su asistencia: 35% asistió durante el transcurso de todo el taller y el 65% restante por lo menos se ausentó en una ocasión.

De acuerdo al análisis realizado a las cartas que los padres escribieron a sus hijos al inicio y al término del taller se encontró que la mayoría consideró que está había provocado en ellos la capacidad de reflexión sobre la conducta y/o comportamiento que tomaban hacia sus hijos ante determinadas situaciones problema y/o incómodas que ameritaban que los guiaran ó apoyaran, ya que consideraron que el aprendizaje obtenido les ayudaría a la comprensión de sus hijos debido a la etapa en la cual se encuentran logrando un acercamiento para generar confianza, poder resolver dudas y apoyarlos en las decisiones que tomen.

Dicha participación en el taller permitió visualizar a sus hijos con diferente perspectiva manifestándose por la apertura que existe actualmente para poder entender lo que les interesa y qué lo que sufrieron ellos en su adolescencia no lo sufran sus hijos. El haber escrito cartas a sus hijos permitió recordar a los padres parte de su adolescencia y algunas cosas que ya habían olvidado, aunque era otra época, coincidían en las mismas inquietudes, dudas, miedos temores e inseguridades con la gran diferencia de que no existía comunicación, comprensión y la confianza necesaria para crear un acercamiento entre ambas partes ya que la educación era rígida por no existir libertad y apoyo.

Por otra parte se dieron cuenta que la forma en que ellos fueron educados tiene mucho que ver en como actualmente están educando a sus hijos, ya que el no conocer otra forma de tratarlos o de dirigirse a ellos les hace comportarse de la misma manera en que lo hacían sus padres.

Por último con respecto a la evaluación final que se realizó se pudo observar que las expectativas que los padres tenían fueron cumplidas, pues los temas

proporcionados eran de gran interés para ellos ya que además de sentirse orientados para poder reflexionar sobre cosas que antes no tomaban en cuenta o no comprendían, consideraron que estos aspectos fueron los más importantes que les permitieron hablar y pensar de manera más correcta para poder lograr una mejor relación con sus hijos durante la etapa que están viviendo y no solo en esta, sino durante toda su vida y la de sus demás hijos o incluso poder ayudar u orientar a sus hijos cuando sean padres.

A continuación se presentan los datos obtenidos de los ejercicios realizados durante el taller:

EJERCICIO1: Cómo fue mi adolescencia.

Esta actividad se realizó para dar inicio al taller, por parte de los padres, la cual consistió en la descripción general sobre sus experiencia personal durante la etapa de la adolescencia.

Los resultados obtenidos aparecen en la tabla 2 en la cual se observa que anteriormente no existían platicas o talleres que abordaran temas como el de comunicación entre padres e hijos, generándose una educación rígida, basada en la incomprensión y poca confianza debido a la nula convivencia y al exceso de trabajo por parte del padre. La madre que era la encargada de "guiar" a los hijos, dedicaba más tiempo a las tareas domésticas, por tal motivo su educación no permitía responder a las inquietudes y necesidades de los mismos, lo que ocasionaba que sus dudas fueran resueltas por personas ajenas a la familia creando más confusión y desorientación en el adolescente.

PADRES	NO EXISTIAN PLATICAS	EDUCACIÓN RIGIDA	NO COMUNICACION	INFORMACIÓN FUERA DE CASA	APOYO EN CASA
1	No	recuerda	cosas de	su	adolescencia
2	*				
3		*	*		
4	*				
5		*	*		
6	*		*		
7		*			
8		*			
9			*		
10		*			
11					*
12					*
13					*
14					*
15			*	*	
16				*	
17					*

TABLA 2. Como vivieron su adolescencia.**EJERCICIO 2.** Hoja de deseos.

Para la realización de este ejercicio se les proporciono a los padres un formato (anexo1) en donde los padres mencionaron como les gustaría que fuera el comportamiento y las actitudes de sus hijos en tres aspectos: 1) casa, 2) escuela y 3) amigos; así mismo, cómo les gustaría a sus hijo que fueran ellos en los mismos aspectos.

Encontrándose que la mayoría de los padres desearían que en casa sus hijos fueran obedientes y ordenados, más responsables y que se acercaran a ellos para comunicales sus problemas y así poderlos apoyar. En la escuela desean por igual un mejor aprovechamiento académico que implique atención y dedicación formándose el hábito de la responsabilidad, pero para poder lograrlo necesitan no dejarse influenciar negativamente por sus amigos sabiendo elegirlos correctamente para que exista un respeto mutuo de ideas y hacia la personalidad de cada uno de ellos (consultar tabla 3).

PADRES	CASA	ESCUELA	AMIGOS
1	2	1	2
2	3	2	2
3	2	3	1
4	Le gusta su comportamiento	2	1
5	1	2	2
6	4	Menos preocupada	2
7	1	1	1
8	1	2	2
9	2	1	1
10	3,4	1	2
11	1,3	2,3	3
12	2	3	2
13	3	3	3
14	1,3	1	1
15	1	1	2
16	2	3	2
17	3	2,3	2

TABLA 3. Deseo de mi hijo

ACOTACIONES:

Yo desearía de mi hijo...

CASA

1. Obediencia.

2. Responsabilidad.
3. Ordenado.
4. Más comunicación.

ESCUELA

1. Mejor aprovechamiento.
2. Atención y dedicación.
3. Responsabilidad.

AMIGOS

1. No se dejen influenciar negativamente.
2. Más sociabilidad y saber elegirlos.
3. Más respeto.

Por otro lado los padres consideran que sus hijos desean de ellos:

- a) Que en casa no se les regañe, que no se les grite, sino, por el contrario que reciban más atención, se les trate con cariño pero sobre todo que sean tomados en cuenta para cualquier decisión familiar.
- b) En la escuela les gustaría que no se les presione para la realización de tareas y que colaboraran con los materiales que se necesitan dentro de la misma.
- c) Con respecto a sus amigos mencionan que les agradecería que los aceptaran tal y como son, teniendo más frecuentemente autorización o permiso para salir con ellos, que no existan regaños frente a ellos y que el trato de sus amistades sea igual para todos (consultar tabla 4).

PADRES	CASA	ESCUELA	AMIGOS
1	1	1	1
2	3	2	1
3	1	2	2
4	Más libertad	Más interés por él	2
5	3	-	2
6	2	1	1
7	3	1	1
8	3	1	2
9	1	1	1
10	1	1	2
11	1,3	1	4
12	1	1	4
13	1	1	No hay problema
14	1	1	-
15	2,3	1	3
16	1	1	1
17	1	2	1

TABLA 4. Deseo de mis padres...

ACOTACIONES:

Mi hijo desea de mi...

CASA

1. No llamarle la atención.

AMIGOS

1. Aceptación

- | | |
|--------------------------------------|-------------------------------|
| 2. Tratarlo con más cariño. | 2. Más permisos y salidas |
| 3. Más atención (tomarlo en cuenta). | 3. Igualdad en el trato |
| | 4. No regaños frente a ellos. |

ESCUELA

1. Colaboración y cooperación en material escolar
2. No presionar para las tareas.

EJERCICIO 3. Caso Panchito.

Dicho ejercicio consistió en la lectura de un caso ficticio sobre un adolescente rebelde, con bajo rendimiento académico al que se le ha sorprendido consumiendo bebidas alcohólicas y fumando (anexo 2).

Después de la lectura y reflexión del caso, como se observa en la tabla 5 los padres consideraron que el origen del problema es debido al exceso de libertad que se le da al adolescente. La mayoría menciona que lo primero que ellos harían en caso de que fuera su hijo sería hablar con él para saber por qué ese cambio de actitud y comportamiento para con esto que exprese su inquietud y/o problema, pero sin presionarlo ni exigirle que lo haga tratando de generar un ambiente de confianza entre padre e hijo. Además se le pondría más atención en la casa, escuela y con sus amigos, ofreciéndole actividades deportivas, culturales o recreativas, ocupando su tiempo libre. Y si fuera necesario, al no cambiar su actitud acudirían en busca de ayuda externa de un profesional (Psicólogo) e inclusive de un sacerdote ya que consideran que tal vez ellos como padres son los que están fallando.

PADRE	DEMASIADA LIBERTAD	FALLA COMO PADRE	DAR MAS ATENCION	HABLAR CON EL	MOTIVARLO	AYUDA EXTERNA
1				*		*
2	*			*		
3				*	*	*
4				*		
5	*		*	*		
6			*	*		
7				*		
8			*	*		
9			*	*	*	
10		*				*
11			*	*		
12					*	*
13		*		*		*
14				*		
15	-	-	-	-	-	-
16			*	*		*
17		*		*		*

TABLA 5. Respuestas al caso Panchito.

EJERCICIO 4. Características que podrían indicar un problema (anexo 5).

Se les proporcionó a los padres una lista con características que abarcan 4 aspectos de la vida personal del adolescente, estos son: escuela, vida social, vida emocional y familiar; con el propósito de elegir y marcar la que frecuentemente han observado en sus hijos, con la finalidad de conocer si reciben apoyo o ayuda por parte de ellos en la solución de sus problemas.

Con respecto a las respuestas obtenidas en la realización de este ejercicio se encontró que la mayoría de los adolescentes presentan una actitud negativa hacia la escuela evidenciándose en su bajo rendimiento académico aunado a problemas de conducta, dejando de lado actividades que antes realizaban y disfrutaban, presentando cambios de humor repentinos e inexplicables mostrando una actitud reservada y poca cooperación en las actividades del hogar.

Observándose además formas de comportamiento bruscas, por ejemplo, fatiga o hiperactividad, descuido en ocasiones en su higiene personal.

EJERCICIO 5. Inquietudes sexuales (anexo 6).

Al igual que el caso Panchito, el presente ejercicio consistió en la lectura de un caso imaginario donde los padres debían describir la actitud que tomarían si en la recámara de su hijo adolescente descubrieran por accidente películas pornográficas y preservativos.

Como se muestra en la tabla No. 6 lo primero que harían los padres sería preguntar el origen de las películas y de los preservativos, después indagar específicamente que es lo que quieren o necesitan saber sobre sexualidad, tratando de generar confianza, resolviendo dudas con la información que conoce o manejan y en caso de no saber buscarían ayuda especializada.

PADRES	PROCEDENCIA DE OBJETOS	PREG. INQUIETUD	RESP. DEL PADRE	INF. Y AYUDA ESP.	PROHIBIR PELÍCULA
1					
2					
3	*		*		
4	*	*	*		
5	*		*		
6	*				
7	*				*
8	*		*		
9	*			*	
10	*		*		
11	*	*	*		
12	*	*			
13					
14			*		
15	*		*		
16	*	*	*		
17	*	*	*		

TABLA 6. Como actuarían ante una inquietud sexual

EJERCICIO 6. Cuestionario 1 (anexo 4).

Este cuestionario tuvo como objetivo pronosticar la reacción que tendrían los padres ante determinadas situaciones de la vida diaria con su hijo adolescente:

SI SU HIJO ...

Pregunta 1. Mostrara bajas calificaciones la reacción que tendría sería: el 12% les llamaría la atención y le pondría un castigo, el 47% les preguntaría él por que o el motivo y el 41% platicaría con él, vigilaría sus tareas y lo motivaría en forma consciente.

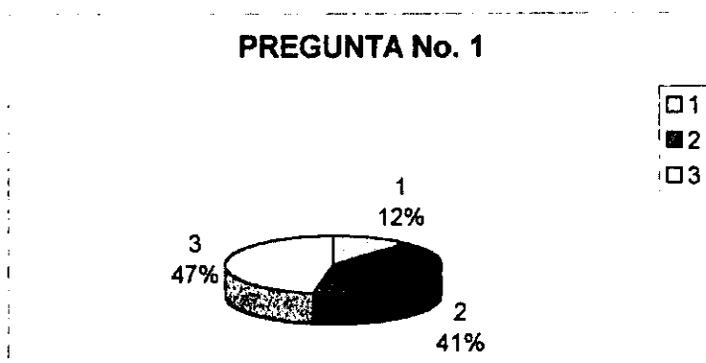


FIG. 1 Datos obtenidos de la pregunta no. 1.

Pregunta 2. Llegara bajo los efectos del alcohol , el 24% le preguntaría él por que lo hace, el 35% le prohibiría tomar explicándole el daño que le ocasiona y el 41% hablaría con su hijo dándole consejos.

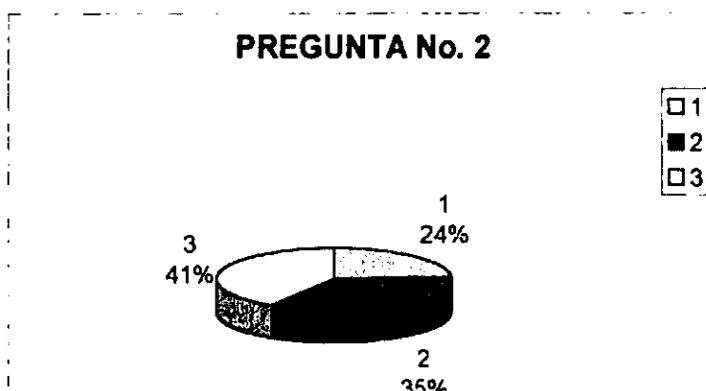


FIG. 2 Datos obtenidos de la pregunta no. 2.

Pregunta 3. Tiene dudas sobre algún tema relacionado con sexualidad como lo maneja; el 12% menciona que le da pena abordar el tema en tanto que otro 12% le contestaría sus dudas en concreto y el 76% restante platicaría con él, aconsejándolo y explicándole lo que ha aprendido en su vida.

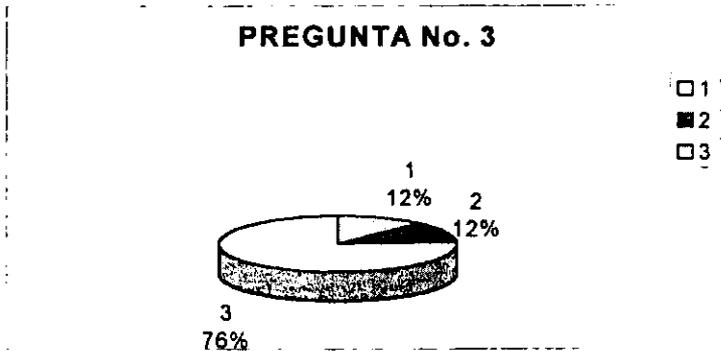


FIG. 3 Datos obtenidos de la pregunta no. 3.

Pregunta 4. Se relaciona con amistades no agradables, el 6% mencionan que evita que salga con ellos mientras que un 35% por la influencia que tienen en su comportamiento y el 59% restante platica con él explicándole él por que no le conviene.

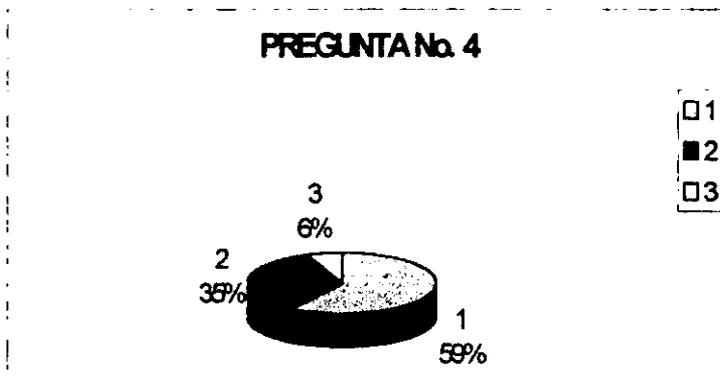


FIG. 4 Datos obtenidos de la pregunta no. 4.

Pregunta 5. Con respecto al tema del noviazgo el 18% menciona que más que novios son amigos que simpatizan, 24% dice que depende de la edad que se tenga y el 53% lo ve como un proceso natural siempre y cuando exista respeto en tanto el 5% restante omitió su respuesta.

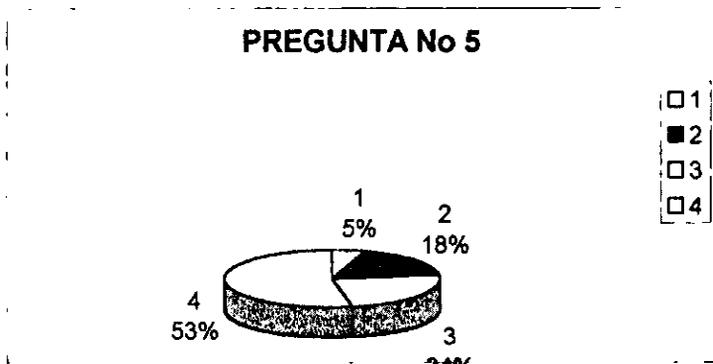


FIG. 5 Datos obtenidos de la pregunta no. 5.

Pregunta 6. En lo que se refiere a la educación proporcionada anteriormente el 100% coincide en que existen diferencias en la forma en que fueron educados y la forma en que están educando a sus hijos ya que anteriormente no había comunicación entre padres e hijos.

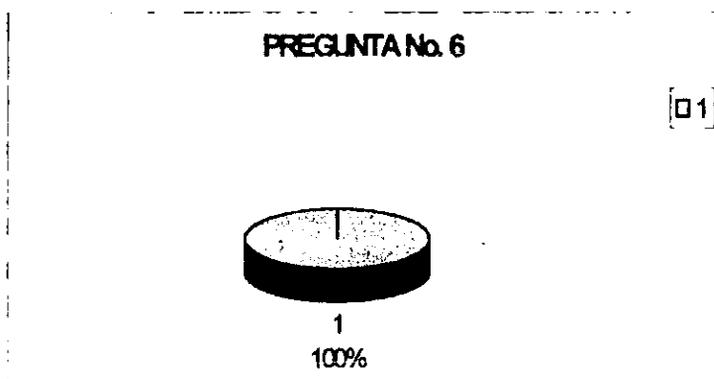


FIG. 6 Datos obtenidos de la pregunta no. 6.

Pregunta 7. Finalmente el 65% menciona que la relación con su hijo es buena, pero le gustaría mejorarla, el 29% dice que es regular ya que existe poca comunicación y el 6% restante omitió su respuesta.

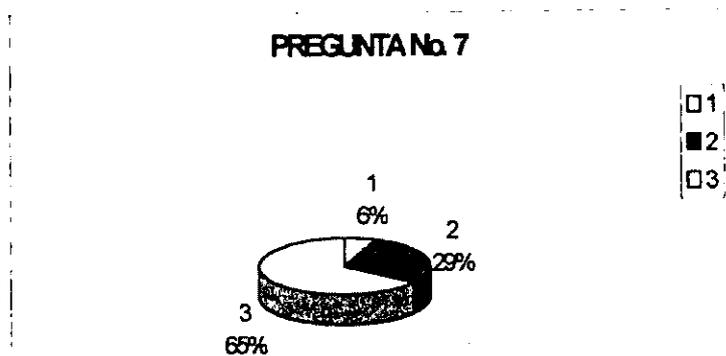


FIG. 7 Datos obtenidos de la pregunta no. 7.

Con base al cuestionario anterior se puede observar que uno de los intereses más comunes que tienen actualmente los padres es el hecho de conocer los antecedentes de determinada acción en la que sus hijos están involucrados platicando con ellos sobre sus inquietudes, opiniones e ideas con el fin de mantener una comunicación entre ambos, de tal manera que compartan sus experiencias buscando alternativas que les permitan dar solución a esa acción ya que para todos es trascendental el establecer comunicación con sus hijos pues durante su adolescencia no existía un acercamiento con sus padres, sin embargo no todos opinaron lo mismo pues algunos padres omitieron su respuesta en temas como el noviazgo y la relación entre padre e hijo sugiriendo que todavía existe renuencia a abordar este tipo de temas dentro de la familia.

EJERCICIO 7. Cuestionario 2 (anexo 8).

Este ejercicio tubo como objetivo conocer como se da el proceso de comunicación entre padres e hijos. Entendiendo como proceso el intercambio de ideas antes, durante y después de su diálogo ante diversas situaciones de la vida cotidiana.

Dicho cuestionario arrojó los siguientes datos:

Pregunta 1. El 35% de los padres considera que solo en ocasiones ayuda a su hijo a resolver sus problemas y el 65% restante le ayuda a resolverlos.

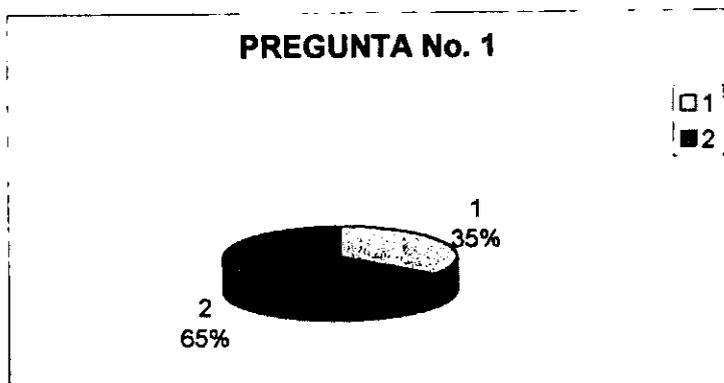


FIG. 8 Datos obtenidos de la pregunta no. 1.

Pregunta 2. El 47% considera que los problemas en los que los apoyan, son escolares; 35% lo relacionan con actividades del hogar, 12% con problemas referentes a su comportamiento y el 6% restante omitió su respuesta.

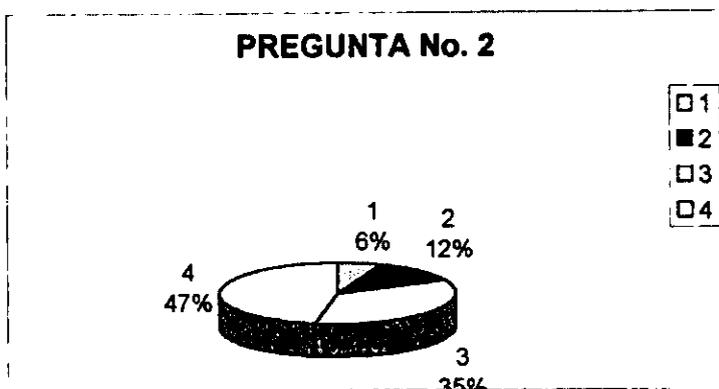


FIG. 9 Datos obtenidos de la pregunta no. 2.

Pregunta 3. La mayoría (88%) menciona que es importante platicar con su hijo adolescente pues es una manera a través de la cual le demuestra su interés y lo ayuda, el 6% considera que es importante, pero que no lo realiza por falta de tiempo y el otro 6% omitió su respuesta..

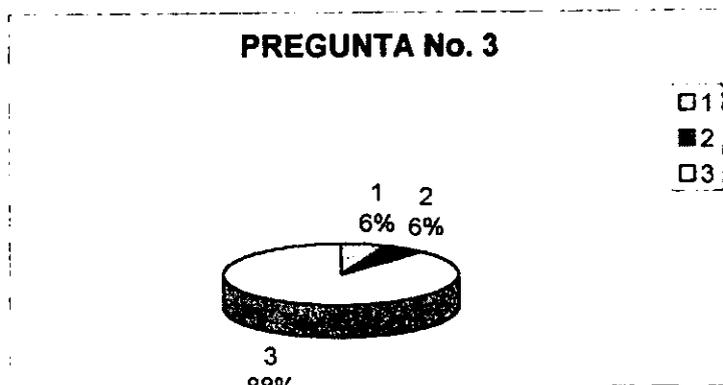


FIG. 10 Datos obtenidos de la pregunta no. 3.

Pregunta 4. Relacionada con la pregunta anterior, el 70% deja que su hijo exprese lo que piensa y siente; el 18% en ocasiones, el 6% no lo permite y el otro 6% omite su respuesta.

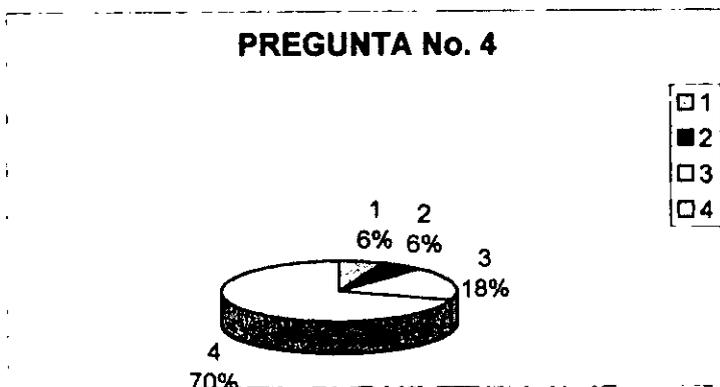


FIG. 11 Datos obtenidos de la pregunta no. 4.

Pregunta 5. El 71% comenta que sabe detectar y reconocer cuando su hijo le esta mintiendo por que conoce su forma de ser y lo manifiesta poniéndose serio o inventando cosas y el 29% solo aveces descubre que su hijo le miente.

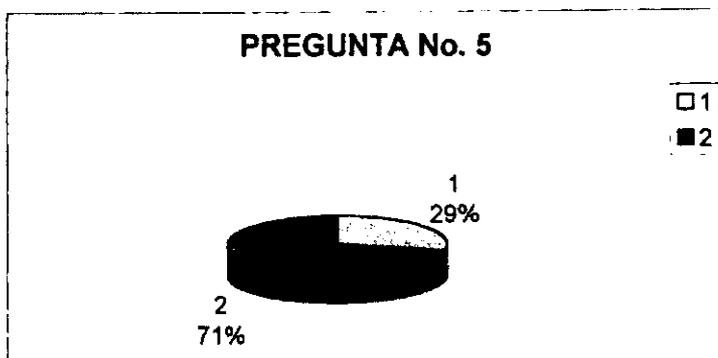


FIG. 12 Datos obtenidos de la pregunta no. 5.

Pregunta 6. La actitud que toman los padres al respecto según la pregunta anterior es: el 6% los regaña, el 82% platica con él y el 12 % omite su respuesta.

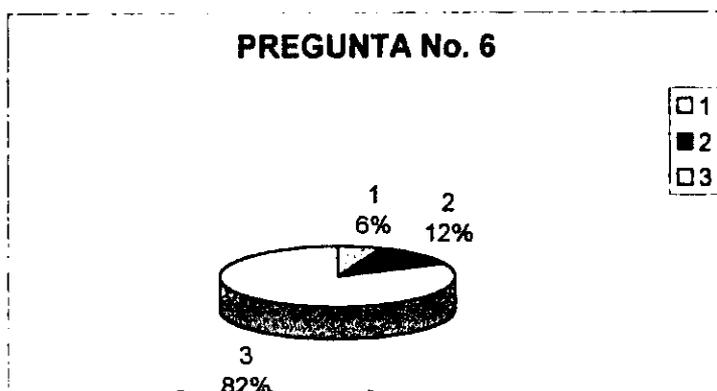


FIG. 13 Datos obtenidos de la pregunta no. 6.

Pregunta 7. En lo que se refiere a la manera de expresar lo que el padre siente y piensa a su hijo el 64% respondió que le es fácil en tanto que el 35% restante le es difícil.

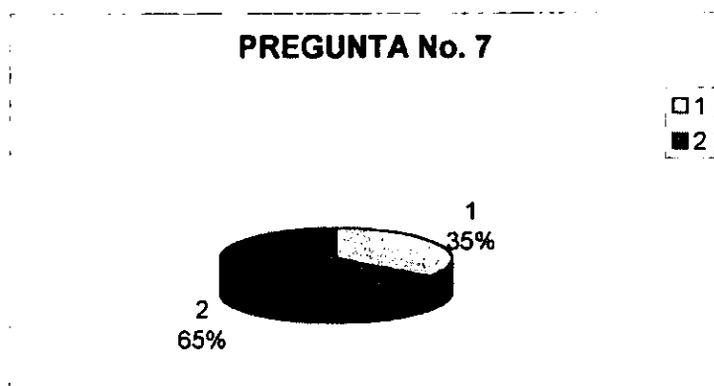


FIG. 14 Datos obtenidos de la pregunta no. 7.

Pregunta 8. El 6% menciona que su hijo no se presta para establecer un diálogo; el 59% dice que el inicio de la conversación es bueno pero el término es negativo ya que terminan enojados o peleados y el 35% platica con ellos.

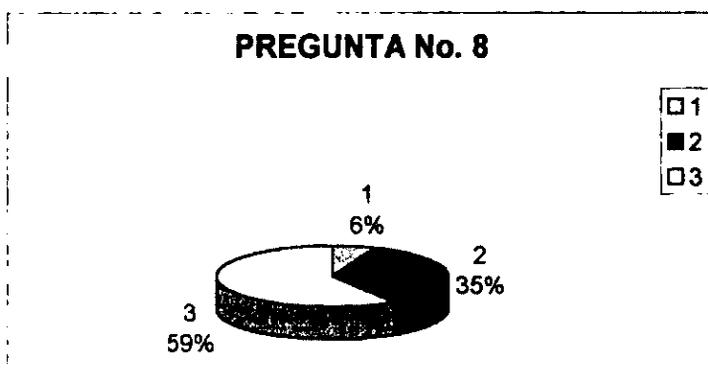


FIG. 15 Datos obtenidos de la pregunta no. 8.

Tomando como referencia las respuestas proporcionadas del cuestionario anterior con relación al proceso de comunicación entre padres e hijos, se encontraron dos reacciones distintas:

- La primera de ellas es que los padres mencionan que es básico entablar una conversación con sus hijos, ya que esta les permite estar enterados de sus

intereses, dudas, inquietudes y problemas permitiéndole que a través de ellas exprese lo que piensa y siente tratando de encontrar la mejor opción; siendo el tema central los problemas escolares, sabiendo identificar cuando su hijo le miente manifestándole de manera clara y directa su punto de vista ante el problema que se está presentando.

- La segunda se refiere a la “falta de tiempo” que tienen los padres para establecer conversaciones con su hijo y si lo hace es solo en ocasiones ya que a ambos les es difícil expresarle o decirle al otro lo que piensa o siente, dando como resultado mentiras, regaños y con esto el final de la conversación se toma negativa manifestándose en enojos y peleas.

CONCLUSION.

La implementación del taller permitió conocer el testimonio de padres de familia que con sus experiencias e ideas aportaron elementos importantes para la realización de la parte culminante de este trabajo.

Sus reflexiones e inquietudes fueron la base que parte de nuestra propia idea central, en donde los padres desempeñan un papel importante en el desarrollo no sólo educativo de los hijos, sino también en el desarrollo personal debido a que en la actualidad el ser padre no es fácil. La experiencia vivida como hijos en su infancia y adolescencia "NO" les sirve como modelo ya que en este momento vivimos en una sociedad que constantemente está cambiando en todos los aspectos (familiar, laboral, escolar e individual) y en donde no siempre se transmiten los valores que los padres desean para sus hijos.

Esto queda comprobado y coincide con lo que dice Jersild (1972) que los cambios en las costumbres, en las maneras y en las condiciones económicas de una generación a otra hace que los adolescentes se inclinen a exigir privilegios y derechos que sus padres no pidieron en su juventud.

La mayoría de los conflictos entre esta diada, son ocasionados por la incomprensión de los padres sobre ciertas ideas y conductas que presentan sus hijos, olvidándose de que ellos también pasaron por la misma etapa.

Prueba de ello son las cartas escritas al inicio del taller en donde manifestaron que presentaban las mismas inquietudes, dudas, miedos, temores e inseguridades a pesar de que era otra época. Lo cual al mismo tiempo les permitió recordar su propia vivencia en esta etapa.

Como mencionamos anteriormente uno de los ámbitos que sufre cambios drásticos, es el familiar por que en él existen conflictos matrimoniales, divorcios y situaciones adversas ante las cuales se tienen que adaptar todos sus miembros. Siendo esto así, los hijos buscan en grupos extrafamiliares (amigos, compañeros, vecinos, conocidos) comprensión, apoyo emocional y afecto creándose una brecha generacional cada vez mayor lo que conlleva a problemas y deterioros en la relación padre e hijo.

Petrovsky (1985) menciona que los cambios físicos traen consigo consecuencias psicológicas, como es la inseguridad, el temor, la duda. Esto se ve reflejado en el trato que tienen los adolescentes con los demás, por que no saben como comportarse, ni como expresar sus sentimientos, ocurriendo lo mismo con los padres y el medio social. Estas son situaciones difíciles de afrontar para ambos.

Así mismo la incompatibilidad de intereses también puede ocasionar desajustes entre la relación, lo cual repercute en la imagen que tienen los hijos de sus padres como figuras de autoridad y de apoyo emocional o como modelos de comportamiento o ideales.

Otras veces las expectativas de los padres no se adecuan a la realidad de los hijos, creando sentimientos y pensamientos negativos hacia ellos, que deterioran su autoestima. De manera que habrán muchas actitudes negativas que se arrastren desde la infancia hasta la vida adulta.

Por otra parte uno de los temas que tuvo más relevancia entre los padres de familia fue el de sexualidad, sobre todo en relación a los mitos ya que existía información equivocada, transmitida a través de generaciones anteriores, lo cual hace que el aspecto sexual y todo lo referente a él haya sido concebido como una situación secreta e intocable, en donde los padres son los encargados de crear esta ideología dando como resultado dificultades en la comprensión y difusión de la misma, olvidando que su entendimiento es la base de la educación integral del ser humano además de que le ayudará a vivirla responsablemente.

Pero está por demás decir que algunos padres no han asimilado tales cuestiones ni han querido enfrentarse a una tarea que resulta intocable y eludible en los momentos en que los adolescentes (hijos) intentan preguntar sobre ciertos temas a los que no saben responder, siendo incapaces de cubrir esta necesidad, resultado de diversos factores que pueden ser ignorancia, falta de interés, problemas de comunicación, vergüenza, etc., provocando dudas en el adolescente, teniendo en ocasiones como consecuencia un embarazo no deseado, una enfermedad de transmisión sexual, etc.

Con relación al ejercicio de inquietudes sexuales y cómo lo menciona Caprio y Caprio (1973), se pudo observar que hubo padres que omitieron su respuesta, tal vez debido a su incapacidad para hablar sobre sexualidad expresando que hay cosas que "se aprenden solas y que no necesitan ninguna explicación", o que debido a que ellos no recibieron ninguna educación sexual sus hijos también pueden prescindir de ella, o inclusive opinan que el hablar de sexo a sus hijos traería como consecuencia el "abrirles los ojos o incitarlos a vivir más tempranamente su sexualidad" ante diversas situaciones que deben conocer sólo después del matrimonio.

Dado lo anterior consideramos que el padre de familia debe ser el indicado para asumir esta labor con un propósito informativo-formativo dando énfasis al segundo elemento a través del cuál se forme el criterio personal del adolescente para poder establecer una comunicación abierta y continua con él mismo.

Sin embargo no todos los padres cumplen con estos requisitos y muchos ni siquiera hablan con su hijo adolescente por ocuparse en otras actividades. Si se habla del tema el problema es el cómo abordarlo, lo que conlleva a una mala comunicación o mal entendimiento del mismo. En este sentido lo primordial sería

ganarse la confianza de sus hijos mostrándose sincero y congruente en sus comentarios y acciones.

No obstante tales situaciones se vuelven preocupantes al damos cuenta de que muchos de los padres no están conscientes de la importancia de ofrecer a sus hijos una educación sexual y de que esta labor es asumida por amigos del adolescente, quienes basan sus enseñanzas a partir de anécdotas y vivencias sobre sus supuestas experiencias sexuales.

Todo esto son razones que nos permiten afirmar que la antecedente carga de creencias que se vivían anteriormente debe ser superada, pues ahora más que nunca es importante que los adolescentes reciban una buena educación con el fin de que estén preparados para afrontar cualquier situación.

Ya que como lo menciona la teoría del aprendizaje social lo más importante es el aprendizaje, los castigos y los reforzadores que la sociedad otorgue a cada conducta (aprender lo socialmente aprobado y evitar todo comportamiento castigado). Lo que se apruebe o desaprobe dependerá del sexo, la raza, la clase social, etc. De ésta forma, vemos el papel tan importante que juega la sociedad en el comportamiento de los jóvenes y que es por lo tanto imprescindible la unión que debe haber con los hijos desde que nacen con sus padres, maestros y amigos a través de cada una de sus etapas de desarrollo, de manera que tengan la guía necesaria para ir adquiriendo los patrones de conducta deseables en su medio ambiente.

Otro factor importante dentro de la relación padre e hijo es el de comunicación, ya que se generan problemas en donde se utilizan verbalizaciones cada vez más insultantes, ocasionando que el "diálogo" empeore el problema o que también vuelva inútil todo intento de unión y apoyo entre ambos, dando pie para que se presente en ellos una relación compuesta de frustración y agresividad.

Nuestra hipótesis queda confirmada al damos cuenta que efectivamente la mayoría de las familias enfrentan algunos problemas para manejar adecuadamente la relación con sus hijos y que esa problemática está relacionada con procesos de comunicación.

A lo cual agregaríamos que el conflicto familiar depende de la comunicación e interacción que se da entre los integrantes, pero que la libertad de expresión y la confianza son las bases del proceso.

Los conflictos familiares se deben principalmente a la falta de comunicación o a una comunicación empleada en mal momento, pues los padres en su afán de comprender a sus hijos tratan de darles soluciones rápidas y muchas veces superficiales, debido a que su atención está puesta en otras actividades, como el trabajo.

Los padres deben saber con precisión qué es lo que se proponen al educar, cuales son sus objetivos, las metas que se propusieron para ellos mismos y para sus hijos, deben establecer en primer término y con la mejor claridad posible cuáles son sus propias aspiraciones como padres.

Y retomando lo que dice Gallagher y Harris (1986) si realmente quieren orientar adecuadamente a sus hijos tendrán que empezar por corregir muchos de sus comportamientos como adultos, ya que las estrategias que sus propios padres utilizaron para educarlos no siempre fueron las mejores.

Finalmente en lo que se refiere al objetivo y a las preguntas de investigación planteadas al inicio de esta investigación podemos afirmar que fueron cumplidas ya que esto se pudo observar en el transcurso de las actividades y ejercicios que se llevaron a cabo, además los padres adquirieron habilidades asertivas que podrán utilizar en diversas situaciones de la vida cotidiana; sin embargo sería importante dar un seguimiento al presente trabajo con el fin de reafirmar los conocimientos y habilidades adquiridas, para de lograr una mejor comunicación entre padres e hijos.

Por lo que el trabajo realizado en la escuela Secundaria fue enriquecedor ya que se pudo observar desde otra perspectiva lo cual el psicólogo es capaz de desempeñar dentro de una institución educativa. Es importante resaltar el trabajo que tiene todo educador en el proceso enseñanza-aprendizaje, pero sobre todo la labor del psicólogo tiene un valor primordial, ya que retoma dimensiones que otro profesional no toma en cuenta.

El psicólogo analiza detalladamente los procesos psicológicos explícitos e implícitos que se están generando dentro de un aula y puede detectar de manera exhaustiva al tipo de relaciones que se generan entre miembros de un grupo.

Por último creemos que el papel del Psicólogo dentro de este tipo de temas, está ya puesta en marcha, pues así lo demuestra la diversidad de cursos y talleres que como el nuestro buscan dar una respuesta ante la necesidad de abrir paso ante una educación integral del adolescente en donde estén involucradas las personas que están en contacto directo con él dentro y fuera de su institución educativa como padres, familiares, amigos, vecinos, maestros y orientadores y así proporcionar y mejorar la calidad de vida del ser humano dando origen a la desprofesionalización.

BIBLIOGRAFIA

1. Alvarez, G. (1990) Sexualidad en niños y adolescentes. Elementos de sexología. Interamericana. Cap. 8
2. Amau, G.J. (1984) Psicología experimental (Un enfoque metodológico). México. Trillas.
3. Berstein, D., y Nietzel, M., (1982) Introducción a la psicología Clínica. México. Mc Graw-Hill.
4. Beryman, J.C. (1994) Psicología del desarrollo. México. Manual Moderno. Cap. 12.
5. Boersner, D., y Quintero, L., (1994) En mi casa no me entienden. Venezuela. Disinlimed, C.A.
6. Blair, J. M., y Jones, R.C. (1983) Como es el adolescente y como educarlo. Buenos Aires. Paidós. Cap. 1,2,5.
7. Brausko, M. (1988) Como vivir con un adolescente. México. Grijalbo. pp.165-182.
8. Campo, A.J., et. all. (1992) Adolescencia. Enciclopedia de la psicología. México. Crédito Reymo. Tomo 3.
9. Caprio, F.S., y Caprio, F.B. (1973) Padres y adolescentes. México. Diana. pp. 7-9, 71-81, 92-97, 167-169.
10. Carpintero, E., (1995) El problema del embarazo no deseado en la adolescencia. En: López, S.F. (1995) Educación sexual de adolescentes y jóvenes. México. Siglo Veintiuno. pp. 251-268.
11. Carretero, M., y León, C.J. (1990) Desarrollo psicológico y educación I. Madrid. Alianza. pp 311-326.
12. Cameiro, L.A. (1977) Adolescencia: sus problemas y su educación. México. Unión tipográfica Hispanoamericana. Cap 1.
13. Coleman, (1985) Psicología de la adolescencia. Madrid. Morata. Cap 3.
14. Conger, J. (1980) Adolescencia: Generación presionada. México. Edigonvill. Cap. 2,6,7.
15. Davidoff, L.L., (1990) Introducción a la Psicología. México. Mc Graw-Hill.

16. Enriquez, R.V., (1997) Alternativa de prevención hacia la delincuencia juvenil. México. Tesis. UNAM.
17. Fleming, D. (1992) Como dejar de pelearse con su hijo adolescente. México. Paidós.
18. Fuentes, G.B. (1989) Conocimiento y formación del adolescente. México. Continental. Cap. 4.
19. Fuentes y Pérez. (1986) Características del período de adolescencia y el adolescente mexicano. México. Tesis. UNAM.
20. Gale, J. (1989) Guía sexual para el adolescente. Argentina. Javier Vergara. Cap. 8.
21. Gallagher, J.R., y Harris, H.I. (1986) Problemas emocionales de los adolescentes. Buenos aires. Hormé. pp.17-27, 208-213.
22. Guerrero, A.P., y Alcántara, R.C. (1994) Al final de un camino (Orientación educativa II). México. Guerrero-Alcantar
23. Ham y Tapia (1980) Detección de posibles factores que inciden en el fenómeno de la farmacodependencia en adolescentes de educación media básica. Tesis UNAM.
24. Horrocks, J.E. (1986) Psicología de la adolescencia. México. Trillas. pp. 49-51, 383-397.
25. Hurlock, E.B. (1982 y 1987) Psicología de la adolescencia. Buenos Aires. Paidós. 417-522.
26. Isambert, A. (1972) Tu hijo crece (Enciclopedia de los padres). México. Daimon.
27. Jersild, A.T. (1972) Psicología de la adolescencia. Madrid. Aguilar. pp.209-228.
28. López, S.F. (1995) Educación sexual de adolescentes y jóvenes (Reelaboración de cómo planear mi vida). México. Siglo XXI.
29. Lutte, G. (1991) Liberar la adolescencia. Barcelona. Herder. pp. 145-167.
30. Macía, A.D., (1994) Un adolescente en mi vida. España. Pirámide. pp. 157-165.
31. Muss, R. (1986) Teorías de la adolescencia. México. Paidós.

32. Mussen y cols. (1990) Desarrollo de la personalidad en el niño. México. Trillas. Cap. 10.
33. Padilla, H.J.A., (1998) La construcción de lo juvenil (Reunión Nacional de investigadores sobre juventud). México. Causa joven.
34. Palacios, J. y cols. (1990) Desarrollo psicológico y educación I. Madrid. Alianza.
35. Papalia, D., y Wendkos, S. (1992) Desarrollo humano. México. Mc Graw- Hill. Cap. 10 y 11.
36. Pérez, R.J., y Velasco (1995) Importancia de las habilidades en la forma como los adolescentes experimentan su relación con otras personas a partir de la presencia o ausencia de cambios físicos. México. Tesis. UNAM.
37. Petrovsky (1985) Psicología y Pedagogía. Moscú. Progreso.
38. Pick de Weiss, S., y Vargas, T.E. (1990) Yo adolescente (respuestas claras a mis grandes dudas). México. Limusa. pp 60-62.
39. Quintana, C.J.M. (1993) Pautas educativas en la familia. Madrid. Narce. Pp.85-86.
40. Rangel, H.M. (1984) Psicología experimental (Un enfoque metodológico). México. Trillas. Cap. 1 y 2.
41. Ríos, M.A., y Nabor, G.M. (1986) Detección y evaluación de los problemas del adolescente: la delincuencia como un ejemplo. México. Tesis. UNAM.
42. Romero, B.H. (1988) Aplicación del análisis contingencial en problemas de aprendizaje con adolescentes estudiantes de educación media básica. México. Tesis. UNAM.
43. Rufz, E.I. (1988) Vivir mejor. México. CONALEP.
44. Sánchez, M.A. y Hernández, C.M. (1998) Guía de estudio para maestros: temas de educación sexual, equidad de género y prevención de adicciones. México. SEP.
45. Schwebel, R. (1989) Decir no, no es suficiente. México. Paídos.
46. Silva, O. y Ortíz, O. (1995) ¿Y yo que?: Curso de orientación educativa. México. Ediciones pedagógicas.
47. Stone, J. y Church, J. (1989) Niñez y Adolescencia: Psicología de la persona que crece. Argentina. Paídos. pp.322-329, 375-381.

48. Vázquez, L.A.R. (1996) *Educación sexual a alumnos y padres de familia de secundaria como parte de su formación educativa*. México. Tesis. UNAM.

A N E X O S.

HOJA DE DESEOS

Yo desearía de mi hijo adolescente:

a) *En la casa:*

b) *En la escuela:*

c) *Con sus amigos:*

Mi hijo desea de mi:

a) *En la casa:*

b) *En la escuela:*

c) *Con sus amigos:*

CASO DE PANCHITO

Panchito tiene 13 años, va en primer año de secundaria, es un niño muy rebelde ya que se junta con jóvenes mayores que él que lo mal aconsejan.

A esta edad ha empezado a fumar y de vez en cuando trae en su mochila pequeñas botellas de tequila. Al salir de la escuela no se va directamente a su casa sino que se reúne con sus amigos en las maquinitas.

En dos ocasiones se ha ido de pinta y sus calificaciones han bajado mucho. En la escuela los profesores reportan que es muy contestón e irrespetuoso, dice muchas groserías y molesta mucho a sus compañeras al grado de que se le ha sorprendido espiándolas en el baño.

La orientadora considera que el comportamiento de Panchito se debe en gran parte a que esta creciendo rápidamente.

Si usted fuera el papá o la mamá de Panchito, ¿ qué haría?.

COMO ESTABLECER COMUNICACIÓN CON ADOLESCENTES.

PRIMER PASO.

El padre deberá averiguar que tipo de padre es o madre, pensando en cómo se relaciona con su hijo adolescente ya que la responsabilidad del conflicto es tanto de él como de usted.

SEGUNDO PASO.

El segundo paso para modificar la situación entre padre e hijo consiste en aceptar que la propia conducta del padre juega un papel importante en la conducta del joven y si nuestro objetivo consiste en que el adolescente lo escuche , el padre debe aprender a controlarse y debe además tener una idea clara de lo que espera de él.

TERCER PASO.

La mayor parte de las situaciones disciplinarias comienzan o acaban siendo negativas. Como padre, no desea generar enojo, sino lograr un entendimiento con el adolescente.

Existe una forma de disminuir los sentimientos negativos y promover el entendimiento. Se denomina transformar una situación negativa en positiva.

CUARTO PASO.

El paso final es procurar ser firme. Ser firme significa imponer una disciplina al hijo adolescente sólo cuando el padre piensa verificar su obediencia.

CUESTIONARIO 1.

1. Si su hijo llega de la escuela y le muestra bajas calificaciones, ¿Cuál sería su reacción de usted ante esto?

2. ¿Qué le diría a su hijo si llega de una fiesta bajo los efectos del alcohol?

3. Si su hijo tiene dudas sobre sexualidad, usted ¿Cómo las aclara?

4. ¿Cómo le haría ver a su hijo que usted opina que sus amistades no le convienen?

5. ¿Qué opina sobre el noviazgo entre adolescentes?

6. ¿Considera que existen diferencias entre la forma en que usted fue educado y la forma en que está educando a su hijo, por que?

7. ¿Cómo calificaría la relación entre su hijo(a) y usted, por que?

INDICADORES DE UN PROBLEMA

ESCUELA:

- *Mayor abstenimiento y llegar tarde a clase*
- *Disminución de las calificaciones*
- *Problemas de conducta en la escuela*
- *Actitud negativa en relación con la escuela*

VIDA SOCIAL/ AMIGOS:

- *Abandono de antiguas actividades*
- *Abandono de viejos amigos y trato con nuevas amistades que pueden estar inmiscuidas en problemas de alcoholismo, drogas, pandillas, etc.*

VIDA EMOCIONAL:

- *Cambios básicos en el modo de ser*
- *Incidentes de cambio de humor inexplicables: euforia seguida de tensión e inquietud.*
- *Mayor indiferencia en relación con todo: escuela, deportes, otras actividades.*

FAMILIA:

- *Actitud muy reservada*
- *Alejamiento de la familia*
- *Menor responsabilidad en el hogar*
- *Mayores conflictos en el hogar*

EFFECTOS FISICOS:

- *Deterioro de la higiene personal*
- *Pérdida de peso*
- *Transtornos del sueño*
- *Fatiga o hiperactividad.*

EJERCICIO DE INQUIETUDES SEXUALES

Esta escombrando el cuarto de su hijo (a), abre un cajón y dentro de él encuentra una caja de condones (preservativos) y películas pomográficas. Describa paso por paso ¿qué es lo que usted haría de acuerdo a la información proporcionada?

DIALOGOS SOBRE SEXUALIDAD.

PRIMER PASO.

Para poder hablar con confianza y comodidad con el adolescente sobre las cuestiones sexuales, es muy importante que el padre adquiera un mayor conocimiento de la sexualidad adolescente, y sobre todo, de las enfermedades de transmisión sexual.

SEGUNDO PASO.

El padre puede comenzar a establecer un diálogo sobre sexualidad de la siguiente manera: " Creo que ya es hora de que aprendamos a hablar con más confianza sobre temas como la sexualidad. Esto no significa que debes decirme todo lo que haces y piensas en este terreno. Pero tal vez yo podría ayudarte si tienes preguntas o sentimientos que te preocupa; intentémoslo para que nos resulte más cómodo hablar de él".

TERCER PASO.

Digale al adolescente: " Se que es más fácil para ti hablar de sexo con tus amigos, y no te critico por eso. Recuerdo que a mí me pasaba lo mismo. Pero no me gustaría que solo aprendieras lo relativo al sexo a través de tus amigos.

CUARTO PASO.

El padre debe de aprender a ser tolerante con relación a los valores de su hijo con respecto al sexo y el diálogo debiera continuar sólo si el adolescente parece estar dispuesto a escuchar.

QUINTO PASO.

El compartir la experiencia del padre en cuanto al aprendizaje de la sexualidad puede ayudar a crear un sentimiento de comprensión entre él y su hijo. Platicar el modo en que estas experiencias afectaron su actitud hacia su propia sexualidad al llegar a la vida adulta va a servir de mucho.

SEXTO PASO.

El padre debe saber que, aunque sus conocimientos sobre el sexo son importantes, lo más importante para su hijo es la actitud que él adopte en relación a esa cuestión.

Los padres deben aprender que lo más importante que pueden hacer en este terreno es crear una atmósfera de comprensión e información.

CUESTIONARIO 2.

1. *¿Usted ayuda a su hijo a resolver problemas?*
2. *¿Qué tipo de problemas?*
3. *¿Es importante para usted platicar con su hijo adolescente, por que?*
4. *¿Deja que su hijo exprese lo que siente y piensa?*
5. *¿Sabe detectar cuando su hijo le esta mintiendo, como se da cuenta?*
6. *¿Qué hace al respecto?*
7. *¿Le cuesta trabajo o le es fácil expresarle a su hijo lo que usted piensa y por que?*
8. *¿Cómo inician el diálogo entre usted y su hijo y como termina?*