



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

FACULTAD DE FILOSOFÍA Y LETRAS

COLEGIO DE PEDAGOGÍA



Propuesta pedagógica de un Taller para padres: Desarrollo y comunicación en la familia

FACULTAD DE FILOSOFIA Y LETRAS



COLEGIO DE PEDAGOGIA

TESINA

PARA OBTENER EL TITULO DE LICENCIADO EN PEDAGOGÍA



PRESENTADO POR MARTÍNEZ GARNICA LAURA XÓCHITL

ASESORADO POR LÓPEZ QUINTERO ALEJANDRA

MÉXICO, DF

UNAM

2005

m. 341102



Universidad Nacional
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

Biblioteca Central

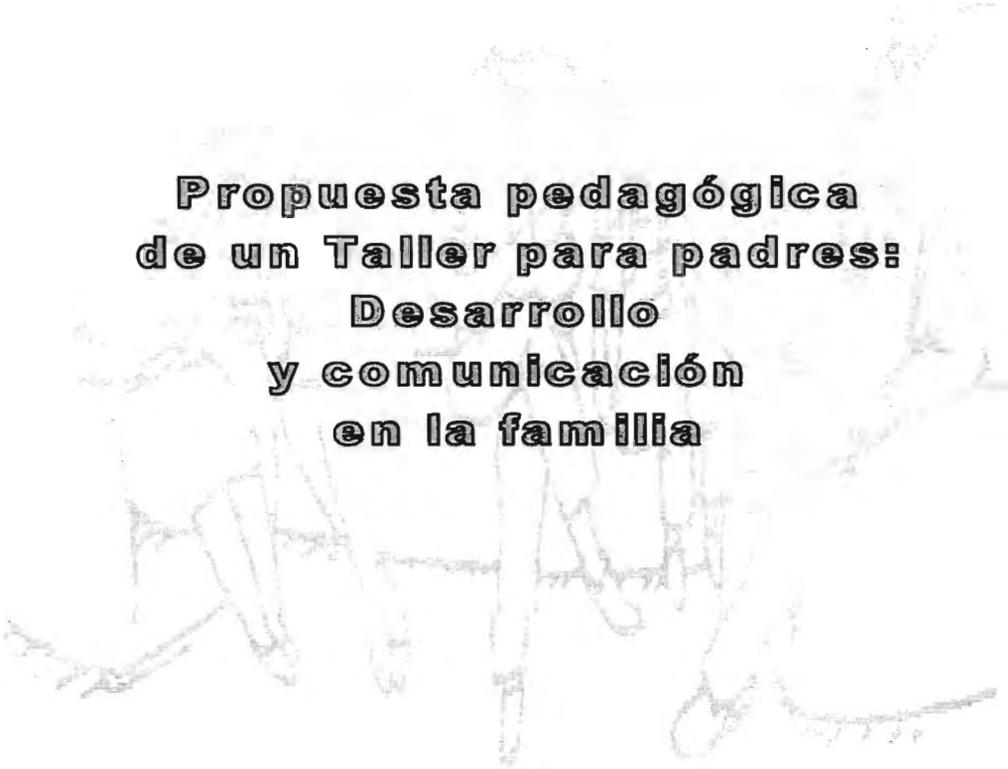


UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

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.



**Propuesta pedagógica
de un Taller para padres:
Desarrollo
y comunicación
en la familia**

AGRADECIMIENTOS

A DIOS

*Por permitirme
estar aquí y
disfrutar
de las alegrías
y tristezas
de esta vida.*

A MIS PADRES
BERTHA Y BALTAZAR

*Por apoyarme
creer en mí,
y estar siempre a mi lado,
porque todos mis logros
han sido gracias a
ustedes.
Los quiero.*

A MIS HERMANOS
NIDIA, DIANA Y JESÚS

*Por ser el cariño,
la guerra, el apoyo,
el desacuerdo,
en fin, por ser
mis hermanos
y estar ahí,
cuando los necesito.*

A MI ESPOSO
CÉSAR

*Por apoyarme en esta
etapa de mi carrera,
por iniciar conmigo
la aventura de formar
una familia y la
responsabilidad
de ser padres.
Te quiero.*

A MI BEBÉ

*Por ser la ilusión más
grande de toda mi vida,
y compartir conmigo
estos nueve meses.*

*A MIS AMIGAS
HERLINDA, PATY,
ANGÉLICA Y ESTHER*

*Porque unidas formamos
un gran equipo a lo largo de
toda la carrera, que nos
permitió llegar juntas hasta
el final,*

*Que nuestra creatividad
siga brillando adonde
dirijamos nuestros caminos.*

*A MIS
MAESTROS*

*Porque gracias a
su guía y enseñanzas,
me he formado
no solo
como Pedagoga,
sino también
como ser humano.*

*A MI ASESORA
ALEJANDRA LÓPEZ
QUINTERO*

*Por la paciencia,
consejos y guía
a lo largo de
este trabajo
y por preocuparse
no solo en la estudiante,
sino también en la
persona.*

A MIS SINODALES

- * MARÍA DE LA CRUZ
SAMANIEGO ARAUJO*
- * MARÍA CECILIA
RÍOS DE LA TORRE*
- * VILMA
RAMÍREZ BELLORÍN*
- * SUSANA
FERNÁNDEZ SALAZAR*

*Por sus recomendaciones y
comentarios a este trabajo.*

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN

CAPITULO 1

LA FAMILIA Y SU CICLO VITAL

1.1 DEFINICIÓN DE FAMILIA.....	1
1.2 CICLO VITAL DE LA FAMILIA.....	4
1.2.1 El noviazgo.....	6
1.2.2 Vida en común.....	8
1.2.3 Los hijos.....	11
1.2.4 Etapa escolar.....	15
1.2.5 El periodo intermedio.....	18
1.2.6 La emancipación de los hijos.....	23
1.2.7 La jubilación y la vejez.....	26
1.3 CRISIS O CONFLICTOS EN LA FAMILIA.....	29
1.3.1 Tipos de crisis.....	31
1.4 RESUMEN	

CAPITULO DOS

LA EDUCACIÓN FAMILIAR Y LOS ESTILOS EDUCATIVOS

2.1 LA EDUCACIÓN FAMILIAR.....	36
2.1.2 Características de la educación familiar.....	38
2.2 ESTILOS EDUCATIVOS.....	41
2.2.1 Tipos de estilos educativos.....	43

2.2.1.1 El estilo autoritario.....	45
2.2.1.1.1 El autoritarismo represivo.....	46
2.2.1.2 La sobreprotección.....	47
2.2.1.2.1 El sobrecuidado.....	48
2.2.1.3 El estilo democrático.....	48
2.2.1.4 El estilo indiferente.....	50
2.2.1.5 La inconsecuencia (o falta de claridad en los mensajes educativos).....	51

2.3 RESUMEN

CAPITULO TRES LA COMUNICACIÓN EN LA FAMILIA

3.1 LA COMUNICACIÓN EN LA FAMILIA.....	54
3.2 LA COMUNICACIÓN EN PAREJA.....	57
3.3 LA COMUNICACIÓN ENTRE PADRES E HIJOS.....	68
3.4 RESUMEN	

CAPITULO CUATRO REGLAS Y LÍMITES EN LA FAMILIA

4.1 REGLAS EN LA FAMILIA.....	78
4.1.1 Establecimiento de reglas.....	79
4.2 LÍMITES EN LA FAMILIA.....	81
4.2.1 Establecimiento de límites.....	82
4.2.2 Consecuencias lógicas y naturales.....	83
4.3 RESUMEN	

CAPITULO CINCO
PROPUESTA PEDAGÓGICA DE UN TALLER PARA PADRES:
DESARROLLO Y COMUNICACIÓN EN LA FAMILIA

Sesión 1	
LA FAMILIA Y SU CICLO VITAL (Primera parte).....	97
Sesión 2	
LA FAMILIA Y SU CICLO VITAL (Segunda parte).....	99
Sesión 3	
LA EDUCACIÓN FAMILIAR Y LOS ESTILOS EDUCATIVOS (Primera parte).....	101
Sesión 4	
LA EDUCACIÓN FAMILIAR Y LOS ESTILOS EDUCATIVOS (Segunda parte).....	103
Sesión 5	
LA COMUNICACIÓN EN LA FAMILIA Y LA COMUNICACIÓN EN PAREJA.....	105
Sesión 6	
LA COMUNICACIÓN EN PAREJA.....	108
Sesión 7	
LA COMUNICACIÓN ENTRE PADRES E HIJOS (Primera parte).....	111
Sesión 8	
LA COMUNICACIÓN ENTRE PADRES E HIJOS (Segunda parte).....	114
Sesión 9	
REGLAS EN LA FAMILIA.....	116
Sesión 10	
LÍMITES EN LA FAMILIA.....	118

CONCLUSIONES.....	121
ANEXOS.....	125
BIBLIOGRAFÍA.....	145

INTRODUCCIÓN

INTRODUCCIÓN

La idea de este trabajo surge a partir de que curso la materia de Orientación Educativa en el 5º. Y 6º. semestre de la licenciatura, donde a través de la guía de la maestra aprendí sobre diversos temas y esto me insto a continuar e inscribirme en el Taller de Orientación educativa en el 7º. Y 8º. semestre, esta asignatura me dio un nuevo panorama, ya que en ella la profesora con quien la curse , enseña y profundiza sobre temas que tratan de la familia pero con una visión educativa, ahí realice un taller para padres que trataba sobre aspectos de comunicación en la pareja y lo impartí en el jardín de niños "Benito Juárez".

Al impartirlo me di cuenta de que los padres se preocupaban por varios aspectos de su vida familiar y no sólo de sus vida en pareja, también que eran similares sus preocupaciones, pero diferentes las situaciones y las personas que las enfrentaban. A partir de esto y tomando en cuenta que la familia es la unidad del crecimiento y la experiencia, de la realización y del fracaso; es también la unidad de la salud y la enfermedad; refiriéndome a que las funciones principales de la familia son las de cuidar, alimentar, proteger, enseñar valores y pautas de conducta que permita a los hijos y a cada uno de sus miembros crecer, desarrollarse y ser parte de la sociedad, pero si llega a presentarse alguna situación que obstaculice y no permita que cumpla con cualquiera de sus funciones, pueden surgir problemas o conflictos que bloqueen el desarrollo de la familia, lo que la llevaría a un mal funcionamiento, y se encontraría limitada para solucionar problemas y tomar decisiones; esto se vería

reflejado en cada uno de sus integrantes, a través de diversas manifestaciones que pueden llevarla desde problemas emocionales hasta una separación definitiva.

A partir de esta idea decidí realizar otro taller que respondiera a las necesidades que planteaban los padres proporcionándoles un conocimiento general sobre la vida en familia y que este conocimiento al adquirirlo, pudieran adaptarlo a sus situaciones particulares.

Con este objetivo comencé el trabajo y con la guía de mi asesora y sus aportaciones es como llega a ustedes esta "Propuesta pedagógica de un taller para padres: Desarrollo y comunicación en la familia", ¿por que sobre desarrollo y comunicación?, porque la familia es un sistema en el cual cada uno de sus miembros interactúa entre sí, y esta interacción permite que cada uno de ellos aprenda de los demás y por tanto continúe su desarrollo o por el contrario lo limite, este desarrollo se da tanto de manera individual, como familiar. La interacción entre los miembros se establece por medio de la comunicación, ya sea en pareja o entre padres e hijos, ella permite establecer los estilos educativos y al mismo tiempo las reglas y límites que regulan la interacción familiar.

Esta propuesta pedagógica del taller para padres, ambiciona ser un modelo preventivo, es decir, actuar antes de que se presente algún problema, no después, combatiendo sus causas y orígenes, no sus efectos o consecuencias; tratando de responder ante las necesidades familiares, ya que pretende dar una visión general no solo del crecimiento de los hijos, sino de las etapas de la familia (el noviazgo, la vida en común, cuando llegan los hijos, la etapa escolar, la emancipación de los

hijos, la jubilación y la vejez), de las formas de comunicación que pueden utilizar, de cómo establecer límites y reglas dentro de la familia, sin que sean estrictas o autoritarias y que les permita además de prevenir futuras crisis o conflictos, también reflexionar sobre las relaciones que han establecido con su familia, y obtener herramientas y actitudes que les permitan seguir creciendo y desarrollarse no sólo como individuos sino también como familia.

Este trabajo esta compuesto por cinco capitulos, los cuatro primeros abarcan de manera general los temas arriba mencionados y el ultimo capitulo es la propuesta pedagógica de un taller para padres.

El capitulo uno trata sobre que es la familia, como se compone su ciclo vital, describe de manera especifica cada una de sus etapas y por ultimo menciona los tipos de crisis o conflictos dentro de la familia.

El capitulo dos se refiere a la educación familiar y sus características, cuales son los estilos educativos paternos y de que tratan cada uno ellos.

El capitulo tres es sobre la comunicación en la familia y esta dividido en tres partes, la primera de ella trata sobre la comunicación en la familia y sus características, la segunda parte es sobre la comunicación en pareja y la tercera parte es sobre la comunicación entre padres e hijos.

El capitulo cuatro se refiere a el establecimiento de limites y reglas dentro de la familia, cuales son características y a que se refiere cada una de ellas.

Y por ultimo, el capitulo cinco es la propuesta pedagógica de un taller para padres, que al principio refiere cual es su objetivo general y los objetivos específicos, su contenido, su metodología y la forma de evaluación. Posteriormente vienen desglosadas cada una de las diez sesiones que conforman el taller y al final viene una sección de anexos.

CAPITULO UNO

LA FAMILIA Y SU CICLO VITAL

1.1 DEFINICIÓN DE FAMILIA

1.2 CICLO VITAL DE LA FAMILIA

1.2.1 El noviazgo

1.2.2 Vida en común.

1.2.3 Los hijos.

1.2.4 Etapa escolar

1.2.5 El periodo intermedio

1.2.6 La emancipación de los hijos

1.2.7 La jubilación y la vejez

1.3 CRISIS O CONFLICTOS EN LA FAMILIA

1.3.1 Tipos de crisis

1.4 RESUMEN

CAPITULO UNO

LA FAMILIA Y SU CICLO VITAL

El ser humano al nacer es, tal vez, el ser más indefenso; ya que requiere durante más tiempo (en comparación con los animales) del cuidado y protección de los padres, quienes le darán alimento y abrigo y sin los cuales no podría sobrevivir. Además de darle cuidados físicos, los padres le enseñan principios morales y normas de conducta elementales, para que viva en armonía con la familia y más tarde aprenda a convivir dentro de la sociedad.

La familia es considerada como la base de la sociedad, pero no es una unidad estática, crece y se desarrolla porque tiene un ciclo de vital, y al igual que los individuos, pasa por diferentes etapas a través de las cuales enfrentará crisis evolutivas, que si con superadas le permitirán pasar a la siguiente etapa.

Por tanto este capítulo tratara brevemente sobre los conceptos de la familia; los tipos de familia según su estructura; las etapas de su ciclo vital y los tipos de crisis familiares

1.1 DEFINICIÓN DE FAMILIA

A través de la historia la familia ha sufrido cambios y se le ha definido dependiendo del enfoque con el que se estudie (sociológico, psicológico, histórico, etc.), a partir de su función (educar, cuidar, proteger, etc.), o estructura (familia nuclear, extensa, uniparental, etc.), o de las relaciones que se establecen entre sus miembros (flexibles, autoritarias, rígidas, democráticas, etc.).

Una definición de la familia la ve como: "...la unidad más pequeña de la sociedad y a través de ella se transmite la cultura de una generación a otra". Medina Rubio² complementa esta definición

¹ BELART, Ascensión y Ma. Ferrer. *El ciclo de la vida. Una visión sistémica de la familia*. Bilbao, España: Edif. Desclee De Brouwer, 1998. p. 25.

al mencionarnos que independientemente de sus características, formas y relaciones "es la primera comunidad social en la formación y construcción del ser personal"³. De ahí, que la familia se vea como "...el marco ideal para el encuentro de personas que ponen en contacto su intimidad, se apoyan y se enriquecen interiormente, desarrollando y fortaleciendo de esta manera los atributos básicos de sus personalidad: el autoconcepto, la autoestima, la autoconfianza y la seguridad interior",⁴ donde se transmiten valores y normas de conducta, a través de las relaciones que se dan entre cada uno de los miembros⁵

La familia definida desde una perspectiva pedagógica es el primer y principal agente educativo. Es a ella a quien compete inicialmente la educación de sus miembros y es en donde tiene lugar una acción formativa informal, pero continua: la educación familiar. Además la familia "...es un sistema vivo y dinámico en constante transformación"⁶, donde "existe una interrelación y una continua influencia de unos sobre otros; en verdad, la conducta de cada uno influye y, a la vez, se ve influida por la de los demás"⁷, esta influencia puede ser de manera positiva o negativa dependiendo de la forma en que se relacionan, resuelven sus problemas o se sienten amenazados⁸.

Tratando de integrar todos estos conceptos a la familia la forman cada uno de sus integrantes, que se relacionan entre sí, cada uno influye en los otros y cada cual forma a través de esa misma interacción su personalidad, creando en conjunto una identidad familiar que permite diferenciarse de otras familias, al mismo tiempo establecen los

³ "La familia en sus diversas manifestaciones en cuanto a forma o agrupación de convivencia social, natural o cultural, con las notas diferenciales que la distinguen de inmediatez, cotidianeidad, totalidad e intensidad en el vínculo de convivencia entre sus miembros, es la primera comunidad social en la formación y construcción del ser personal" MEDINA RUBIO, Rogelio. "La familia y la formación de las actitudes personales ante la vida". En: Emilio López-Barajas Zayas. *La familia en el tercer milenio*. Madrid: Univ. Nac. de Educ. a Distancia, 1995. Pág.30

⁴ MEDINA RUBIO, *Op cit.* Pág. 30

⁵ COLOMA MEDINA, José. "La familia como ámbito de socialización de los hijos" En: José Quintana C. *Pedagogía Familiar*. Madrid: Narcea, 1993. p. 41.

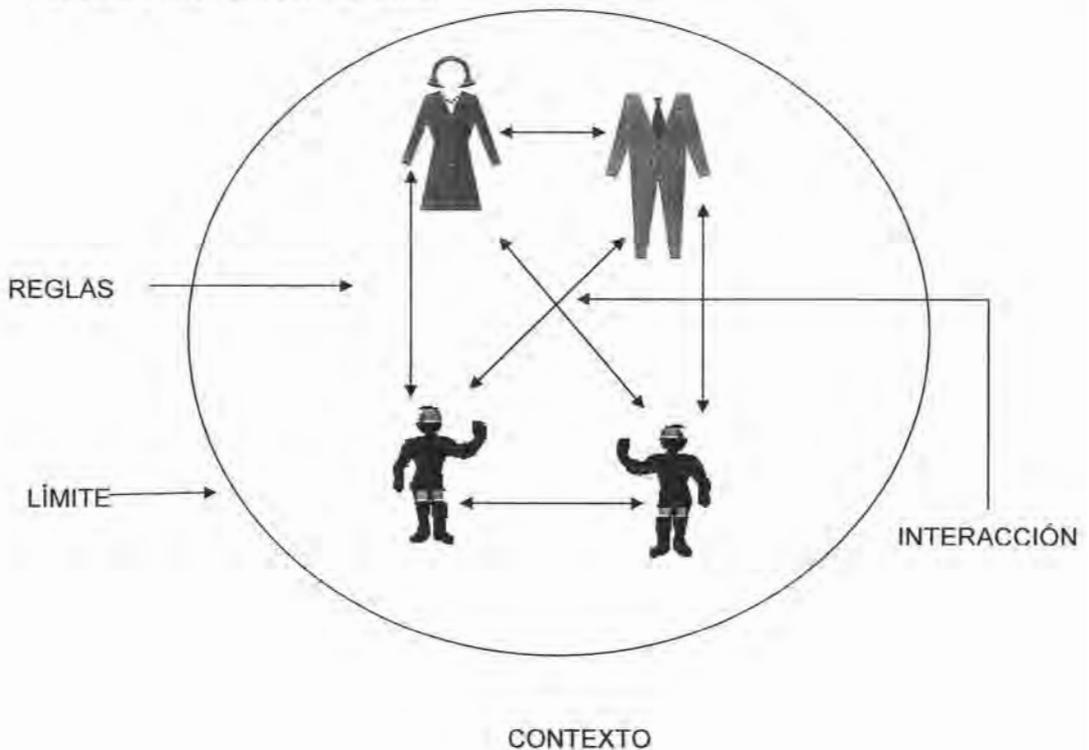
⁶ "...constituye un elemento estabilizador para el desarrollo y progreso humano. Pues, a través de la asimilación personalizada de actitudes, pautas de conducta, sistema de creencias y valores de la comunidad familiar, ésta va a desempeñar un papel primordial en el proceso de identificación y diferenciación del yo individual y de su integración en la vida social" MEDINA RUBIO, *Op cit.* Pág. 31-32.

⁷ BELART, *Op cit.* Pág. 26.

⁸ *Ibid.*

⁹ "...cualquier cambio positivo o negativo en la conducta de uno de los miembros del sistema, crea un nuevo marco de actuación para el resto de los familiares con diferentes oportunidades de acción y cambios: continuamente cambian o se reestructuran los roles o papeles familiares, alianzas y patrones de conducta, en el caso de que cualquiera de estos cambios sistémicos amenace la seguridad de otros miembros de la familia, estos últimos pueden bloquear el desarrollo familiar posterior" ALBENGÓZAR, Ma. C., CERDÁ, C. y MELÉNDEZ, J.C. *Desarrollo familiar. Aspectos teóricos y prácticos*. Valencia, España: Promoción del Libro Universitario, 1999. p.7.

límites y las reglas internas para su buen funcionamiento. Esto nos permite hacer una pequeña gráfica con este concepto:



Hay que aclarar que este esquema solo sirve para representar los elementos que vienen en la definición, y éstos pueden cambiar según el tipo de familia de que se trate como podremos ver más adelante.

Los tipos de familia pueden ser conforme a su estructura o relaciones, conforme a su estructura existe la familia nuclear o conyugal, la familia extensa, la familia monoparental y las familias reconstituidas o mixtas. Y conforme a su relación se encuentra la familia de origen.

La familia nuclear o conyugal se refiere a un grupo pequeño, constituido únicamente por el padre, la madre y los hijos. Viven bajo el mismo techo y los lazos de parentesco son directos y los afectos más íntimos.

La familia extensa comprende a un grupo numeroso de personas unidas por cierto lazo de parentesco. Estas personas generalmente no viven en el mismo lugar (abuelos, tíos, primos, sobrinos, etc.).

La familia monoparental son las formadas por un solo progenitor y sus hijos y también aquellas que resultan de la separación de la pareja en una familia nuclear.

Las familias reconstituidas o mixtas están formadas por un progenitor con uno o varios hijos que se une a otra persona separada, viuda o soltera, que a su vez puede tener hijos o no tenerlos.

La familia de origen es aquella de la cual los hijos se separan para formar su propia familia o bien para vivir bajo su propia responsabilidad.

1.2 CICLO VITAL DE LA FAMILIA

Al igual que los seres humanos "las familias en su desarrollo pasan por diferentes etapas evolutivas"⁹ y cada una de estas etapas o periodos tiene "...características propias y plantea diferentes necesidades y exigencias. El paso de una etapa del ciclo vital a otra es siempre un momento crítico que trae consigo una serie de cambios"¹⁰, "Frente a esa serie de cambios y transformaciones la familia necesita flexibilidad y capacidad de adaptación"¹¹, "...ha de aceptar que la realidad no es siempre igual, y esa aceptación es la que posibilita el crecimiento. Al mismo tiempo se ha de mantener cierta estabilidad para dar continuidad y cohesión al grupo"¹².

⁹ BELART, *Op cit.* Pág. 26.

¹⁰ BELART, *Op cit.* Pág. 27.

¹¹ *Ibid.*

¹² *Ibid.*

Existen autores (Willi, 1978; Belart y Ferrer, 1998; Díaz Morfa, 1998; Abengózar y Meléndez, 1999) que nos hablan del ciclo vital de la familia como un proceso en el cual se pasa a través de diversas etapas, cada una de ellas tiene características propias en las cuales la familia va reestructurar sus relaciones, va enfrentar diversas crisis y si estas son superadas pasarán a la siguiente. A estas etapas las han dividido y nombrado de diversas formas, sin embargo las características de cada una de ellas coinciden. A continuación mostraré en un cuadro que yo realice las divisiones que los autores antes mencionados, han dado a las diversas etapas del ciclo vital de la familia.

WILLI	ABENGÓZAR Y MELÉNDEZ	DÍAZ MORFA	BELART Y FERRER
FASE DE FORMACIÓN DE LA PAREJA ESTABLE.	CONSTITUCIÓN DE LA PAREJA	ESTADIO I	EL NOVIAZGO
FASE DE ESTRUCTURACIÓN Y PRODUCCIÓN DEL MATRIMONIO	ETAPA DE FORMACIÓN DE ESTABILIDAD DE LA PAREJA	ESTADIO II	VIDA EN COMÚN
	ETAPA DE AFIRMACIÓN.	ESTADIO III	LOS HIJOS
			ETAPA ESCOLAR
FASE DE LA CRISIS DE LA MITAD DE LA VIDA.	ETAPA DE MITAD DE LA VIDA.	ESTADIO IV	EL PERIODO INTERMEDIO
		ESTADIO V	LA EMANCIPACIÓN DE LOS HIJOS
VEJEZ.	ETAPA DE LA VEJEZ.	ESTADIO VI	LA JUBILACIÓN

Como puede verse coinciden en la mayoría de las etapas, a continuación describiré cada una de ellas y sus características principales, basándome en la división de Belart y Ferrer, aunque reuniré elementos de los demás autores.

1.2.1 El noviazgo

A esta etapa se le conoce también como el periodo del galanteo, puede variar en cada persona, dura aproximadamente unos diez años. Tanto en el hombre como en la mujer comienza desde su adolescencia hasta que selecciona una pareja estable. Para elegirla las personas construyen desde que son niños una "imagen mental" de la pareja ideal, esta imagen esta compuesta por aquellas características físicas y de personalidad que le van a atraer o fascinar y se va elaborando a través de un proceso de reacción e identificación en el que, por una parte el joven rechaza las actitudes y comportamientos de aquellas parejas que no son de su agrado, y por otra, imita a las que admira, y esto le permite definir el tipo de persona que quiere como compañero o compañera y la relación de pareja que desea formar¹³.

Abegónzar y otros mencionan que los aspectos básicos para la constitución de la pareja son:

- ☐ Conseguir una adaptación¹⁴ de la pareja
- ☑ Establecer unos niveles de comunicación
- ☑ Tener un espacio común de encuentro
- ☑ Fijar unas metas de relación (debe fijar unos objetivos esenciales en torno a los que va a estructurarse la relación).
- ☑ Tener límites o fronteras frente a los miembros del sistema familiar de origen.

Una vez que se ha elegido a la otra persona, si la elección es recíproca, se establece entre ellos un proceso de atracción y seducción en el que la comunicación no verbal

¹³ BELART, *Op cit.* Pág. 41-44.

¹⁴ "... entendemos por adaptación una adecuada respuesta significativa y sana que permita una interacción del sujeto en un determinado contexto o ambiente, sin que ello suponga pérdida de la propia identidad..." ABENGÓZAR, *Op cit.* Pág. 37.

cobra mucha importancia. Así, se intercambian mensajes mutuos en los que se dan señales de aprobación y deseos de ir más allá, es decir, de seguir con la relación¹⁵,

Abegónzar¹⁶ define a la pareja como una relación entre dos personas, que siguen una evolución a través de una serie de etapas, en este caso mencionan tres:

- **Encuentro:** se delimita en el momento en que dos personas se sienten atraídas mutuamente. Al sentirse atraídos el uno con el otro, los dos componentes de la pareja comienzan a sentir una necesidad por encontrarse. Estos encuentros pueden ser de manera casual (es decir por coincidencia de uno de los miembros) y de manera formal (cuando ya se especifica un día, un lugar y una hora). En esta etapa se escuchan, se van conociendo mutuamente, a través de una auténtica amistad, y se establece un intercambio cada vez más profundo del pasado, del presente y de los planes futuros de cada uno de uno de los miembros de la pareja.

- **Compromiso o noviazgo.** Conforme el atractivo aumenta, las personas van sintiéndose cada vez mas a gusto, más reconfortadas con la presencia del otro y considerados como pareja tanto por ellos mismos como por las personas que los rodean. El compromiso o noviazgo puede darse de forma explicita (donde uno plantea la posibilidad de llevar su relación más allá de una amistad o donde ambos se ponen de acuerdo) o bien de forma implícita (ninguno de los dos expone lo que siente pero ambos saben que su relación va más lejos de la amistad). El compromiso implica un esfuerzo por llegar a un conocimiento mutuo, a una confianza y a un amor incondicional.

- **Consolidación.** Conforme pasa el tiempo la pareja va consolidándose es decir, cada vez es más "nosotros" para los demás y para las dos personas que conforman la pareja. Y pasado más tiempo la pareja decide sobre si desean vivir juntos y formar una familia.

¹⁵ BELART, *Op cit.* Pág. 41-44

¹⁶ ABENGÓZAR, *Op cit.* Pág. 38-41.

En el momento en que los miembros de la pareja se enamoran y comienzan la relación, ellos dejan a un lado actitudes defensivas, están dispuestos a recibir lo nuevo, se entregan sin resistencia y se exponen abiertamente uno al otro, lo que al mismo tiempo los hace vulnerables. La persona enamorada proyecta su ideal de pareja en el ser amado, y le atribuye todas las virtudes y ningún defecto, es cuando se dice que está "ciego de amor". Enamorarse significa elegir a alguien por encima de cualquier otra persona y sentirla como única e insustituible. El enamoramiento no es un estado de realidad ni tampoco permanente, sino que necesariamente ha de pasar por una crisis para llegar a convertirse en un amor más maduro y auténtico. El conocimiento del otro y la proyección de futuro facilitan en la mayoría de los casos el paso del enamoramiento, al amor en pareja, donde se comprenden, respetan y aceptan al otro como es, con sus virtudes y defectos, a la vez que supone compartir ideas, sentimientos y experiencias¹⁷.

La continuidad de la relación amorosa está condicionada por la capacidad de adaptación de la pareja, así como el compromiso de llevar a cabo un proyecto en común, a la vez que se respetan los objetivos individuales. A partir de ahora empiezan a definirse las reglas y se realizan acuerdos implícitos o explícitos de los diferentes aspectos de la vida en común.

1.2.2 Vida en común.

Los sentimientos amorosos y tiernos de la etapa del noviazgo o galanteo dan paso a la unión, cuando la pareja se da cuenta que desea compartir más íntimamente su vida.

Corresponde a estos primeros años de vivir juntos resolver tres cuestiones¹⁸ básicas:

- La búsqueda de la identidad, del "nosotros". Donde la pareja creara una nueva identidad como tal, donde es necesario que cada uno haga concesiones y renunciaciones en la relación con el otro.

¹⁷ BELART, *Op cit.* Pág. 51-53.

¹⁸ ABENGÓZAR, *Op cit.* Pág. 45.

- ☒ Tienen al mismo tiempo que darse cuenta de que son interdependientes, es decir, que las acciones de ellos tienen consecuencias sobre el otro. En el proceso de elaboración de acuerdos pueden surgir pequeñas diferencias, unas veces grandes y otras pequeñas, que de forma explícita o sobreentendida han de resolverse. Al mismo tiempo la pareja tiene que elaborar el modo de resolver los desacuerdos que surgen en la convivencia. Al principio es normal que se eviten las discusiones y las críticas abiertas para no romper la armonía, pero más adelante es posible que al estar molestos surja una discusión, la capacidad de abordar los desacuerdos estabiliza y mejora la relación¹⁹.
- ☒ Se definen las funciones y tareas que cada miembro va a realizar, esta definición de papeles puede constituir en los primeros años una fuente que origine pequeños enfrentamientos y disputas. Además elabora a través de una discusión creativa, el desarrollo de nuevas normas y valores y establecen los roles que determinan la convivencia²⁰.

También al comienzo de la vida en común suelen aparecer los primeros signos de desilusión y desencanto. Debido a que al principio, las diferencias son minimizadas y las similitudes acentuadas hasta el grado de que las parejas experimentarán tener los mismos valores, intereses, hábitos, pensamientos y sentimientos²¹, es decir, que cuando la pareja se ha establecido y comienza a relacionarse y ha definirse como tal, intenta ocultar, reprimir o negar cualquier desilusión o falla respecto al otro o así mismo, en un intento para que prevalezca la luna de miel. En este intento de mantener la idealización de la pareja, se está produciendo un fenómeno de negación del otro, pero al no poder negar la realidad, en la pareja aparece la primera crisis o conflicto, que implica aceptar a alguien diferente a él o ella, que no puede satisfacer todas las necesidades del otro y por lo tanto pueden surgir sentimientos de frustración y agresividad, ante esto Díaz Morfa²² menciona que hay tres posibles soluciones:

¹⁹ BELART, *Op cit.* Pág. 62-63.

²⁰ WILLI citado en DÍAZ MORFA, José. *Prevención de los conflictos en pareja*. Madrid: Narcea, 1998. Pág. 60-62

²¹ DÍAZ MORFA, *Op cit.* Pág. 50.

²² *Ibid.* Pág. 66-69.

- ☐ agresividad mutua que de lugar a la disolución de la pareja
- ☐ intentan apartar toda fuente de posible conflicto, es decir, evitan toda comunicación acerca de sus dificultades.
- ☐ la pareja logra reorganizar su vida a través de la creación de nuevos vínculos.

Si se supera este aspecto la mayoría de las parejas logra superar esta etapa, además debe encontrar nuevas formas de relacionarse con las familias respectivas, los amigos, y otros familiares, etc, es decir, construir una base para una relación mutuamente gratificante, de cuidado y apoyo que se separe de la familia de origen, logrando un sentimiento de pertinencia y desarrollo de la confianza en el compromiso de cada uno para una relación en desarrollo. Alcanzando la independencia como pareja, al mismo tiempo que se conserva la vinculación emocional con los padres²³.

Otra de las áreas que presenta dificultad es la de compartir el poder y la responsabilidad. "Poder" no significa que uno domine sobre el otro, sino sentirse competente, capaz y con libertad para actuar bajo sus propios criterios, por lo que la toma de decisiones es un aspecto clave para la estabilidad y continuidad de la relación, ya que existen parejas donde el decidir o realizar tal o cual cosa, determina quien es el que dirige o domina en la relación, aquí lo importante es que la balanza no se incline hacia un lado u otro sino que se mantenga el equilibrio, es decir se alternen en las necesidades y actitudes de proteger y ser protegidos, sean capaces de ser flexibles y puedan intercambiarse estos papeles. Cuando las parejas tienen una relación en la que el poder esta equilibrado se aprovechan las características y habilidades propias de cada uno²⁴.

La pareja superara las continuas adaptaciones que se den en la convivencia diaria si son capaces, de hablar sus dificultades, de no rehuir de ellas, si se apoyan mutuamente en lugar de recriminarse y si logran acuerdos satisfactorios para ambos. Si esto se logra la relación entre ellos será buena y gratificante, de lo contrario habrá continuas quejas, discusiones y reproches.

²³ *Ibid.* Pág. 50.

²⁴ BELART. *Op cit.* Pág. 64-66.

1.2.3 Los hijos.

Con la llegada del primer hijo se plantean nuevas cuestiones que desestabilizan la dinámica que la pareja llevaba hasta el momento.

Las diferentes circunstancias que vive la pareja y sus expectativas hacia la maternidad y la paternidad en esta etapa influyen en el hijo, ya sea si el bebé fue planeado o si llegó en un momento inesperado. También algunas veces la pareja decide vivir juntos, debido a un embarazo y no pasan primero por el periodo de adaptación mutua sino que comienzan siendo tres desde el principio.

La realidad es que el niño entra en la vida de sus padres al tiempo que ocurren otras cosas, no siempre se puede planificar y controlar el momento en que llega el bebé, pero la forma y la manera en que lo reciben es esencial para su desarrollo posterior.

El parto y el post-parto tienen gran importancia, ya que suelen ser días con gran tensión e inquietud, junto con la novedad de recibir al nuevo miembro de la familia. La madre puede sentir confusión a la que se añade la fatiga por el gran esfuerzo físico realizado. Puede tener una sensación de vacío después del parto, lo cual es normal, así como también vivir momentos de confusión o sentirse presionada por la responsabilidad y las continuas demandas de su hijo, por lo que es importante que reciba el apoyo de su esposo y de sus familiares.

Como mencione ahora la pareja deja de ser dos para convertirse en padres y formar un grupo de tres. Las responsabilidades de educar a su hijo exigen un nuevo compromiso entre la pareja y nuevas formas de relación. En este momento puede ser que se modifiquen los roles. Los esposos que han alcanzado un sano equilibrio en su relación, pueden resolver con más facilidad las dificultades de este nuevo periodo.

Para el hombre es un período difícil puesto que el amor que le unía a su mujer ahora tiene que ser compartido con el niño, y esto haga que se enoje, se deprima o se vuelva

exigente, para ella también, ya que en muchas ocasiones llega a sentirse sobrecargada y se vea atrapada entre las necesidades del hijo y las de su esposo. Es importante que el padre sienta que es querido y esencial, y su esposa ha de hacerlo participe del cuidado del bebé y otorgarle el lugar que le corresponde.

También pueden surgir actitudes negativas de parte de ambos, como que el padre se ponga al margen de la vida familiar, o que la mamá solo se interese por el bebé y haga a un lado las necesidades de su esposo, lo que crearía un conflicto, que si no es resuelto puede llevar a problemas más serios. Cuando se sienten tensiones fuertes es necesario que la pareja comparta los sentimientos, las desilusiones, el cansancio y los temores, también es necesario que se dediquen un tiempo para ellos.

En esta nueva etapa de la vida, es necesario que los padres aprendan a estar unidos y a apoyarse; también han de aprender a compartir la responsabilidad del bebé, disfrutar juntos de los momentos agradables y continuar unidos cuando no sean así.

Cuando el bebé va creciendo, algunos padres desean darles a sus hijos lo que ellos no tuvieron en la infancia, pero aquí es preferible que los padres satisfagan sus propios deseos en ellos mismos, pues el esperar que los niños hagan o quieran lo que ellos no pudieron hacer, condicionan y limitan la libertad de decisión de sus hijos. Es necesario otorgarles libertad para ser y mostrarse cómo son en realidad, respetando sus preferencias, gustos e inclinaciones naturales, es decir, respetando su persona. Tomando en cuenta que ser padres, alegres y flexibles no es incompatible con ser unos padres responsables que ponen límites claros a ciertas conductas.

Pero la llegada del primer hijo puede no ser la única, los padres pueden tener más hijos y el contexto familiar puede cambiar en muchos aspectos entre el nacimiento del primer hijo y el de los siguientes, por ejemplo en el número de hijos que ya tienen, la diferencia de edades entre ellos, el sexo del niño, el orden de nacimiento, entre otros.

Las relaciones entre hermanos son muy significativas y suponen un verdadero campo de aprendizaje donde ensayan la cooperación, la competición y la negociación. Los hermanos aprenden por medio de la relación que hay entre ellos.

Es necesario que los padres valoren a cada hijo por sí mismo tal y como es, sin compararlos entre sí. Apremiar y potenciar sus diferencias, disfrutar de la diversidad y saber apreciar la individualidad de cada uno. Los padres tienen que ofrecer alternativas de igualdad de oportunidades a sus hijos.

Cuando surge algún problema específico con un hijo, es necesario que los padres hablen claramente entre ellos de lo que está sucediendo, se pongan de acuerdo en los criterios que han de seguir y mantengan una actitud unida y firme en las decisiones que se tomen al respecto.

El orden de nacimiento, es decir, el lugar que se ocupa entre los hermanos confiere a cada hijo características únicas y peculiares, y que de alguna manera determinan que sean diferentes entre sí.

Con el primer hijo los padres están pendientes de todo lo que sucede: embarazo, parto, primera sonrisa, primera palabra, primeros pasos, etc.; los padres admiran al primer hijo y le estimulan para que destaque. Al mismo tiempo su falta de experiencia puede ponerlos nerviosos, por lo que el hijo puede ser sobreprotegido y acaparar toda su atención hasta que llega el segundo hijo. El primogénito es el que abre el camino a sus hermanos.

Si el primer hijo se identifica con los valores de los padres y se esfuerza por ser lo que ellos desean, el segundo no puede competir en esto con él, lo que hará para autoafirmarse y obtener reconocimiento por sí mismo será buscar nuevos caminos, probar otras conductas, por ejemplo haciendo travesuras.

Cuando nace el hermano, para el hijo mayor es un momento de cambio y confusión, el mundo deja de ser lo que era y llega a sentir celos y sentimientos de abandono, entonces pueden aparecer conductas regresivas (como tomar mamila, usar pañales), así como cierta hostilidad al hermano. Los padres pueden preparar al niño o niña hablándole de la llegada del nuevo hermanito o hermanita y lo que va a suceder, así como el papel que tendría como su hermano o hermana mayor

Los padres tienen la experiencia adquirida con el primer hijo y suelen estar menos presionados aunque por otro lado no reciben la misma atención por sus nuevas adquisiciones y aprendizajes en general.

Los hijos medianos pueden tener características tanto de los hermanos mayores como de los menores.

Los hijos más chicos nunca sufren la amenaza de ser desplazados por la aparición de un bebé. A los últimos hijos les puede costar aceptar las reglas y saben bien como evadirlas; normalmente reciben menos castigos que sus hermanos mayores, que en muchos casos se resienten por la permisividad que se tiene con el pequeño.

El hijo único, en cambio, es el primero y el último, el mayor y el menor, su posición en la familia está asegurada. Los hijos únicos crecen rápidamente y suelen ser bastante responsables. Han sido muy estimulados y están acostumbrados a mantener conversaciones con adultos, tienen habilidades verbales muy desarrolladas. Estos niños tienen pocas oportunidades de jugar con otros niños y tienden a crearse un mundo propio y en ocasiones, pueden querer a alguien de su edad para poder jugar. Los padres ponen en ellos grandes expectativas, les prestan mucha atención y les dan dosis concentradas de todo: amor, castigos, enfados y alegrías.

Las primeras relaciones sociales que mantiene el niño, fuera de la familia nuclear suelen ser con la familia extensa, a través de los abuelos y otros familiares (los tíos, primos, etc.). Los abuelos son sin duda una fuente de enriquecimiento para los niños

que les aportan su experiencia y madurez. Los abuelos miman a sus nietos más de lo que hicieron con sus propios hijos, y estos mimos son buenos y estimulantes; podríamos decir que su función es consentir más que educar.

En las familias que han sabido definir sus límites pero conservan los lazos afectivos con sus familias de origen, los abuelos pueden brindar ayuda y colaboración cuando sus hijos los necesitan y viceversa. Cuando no han logrado esta independencia, los abuelos pueden interferir en la educación de sus hijos. Recordemos que los padres son los que tienen que establecer las normas, y los abuelos apoyarlas; en última instancia han de ser los padres los que indiquen las líneas básicas en la educación de sus hijos.

1.2.4 Etapa escolar

Se llama período escolar a aquella etapa del ciclo de la vida familiar en la que los hijos se encuentran en edad escolar. La etapa escolar empieza con la búsqueda y elección de la escuela, donde los padres deciden el lugar o escuela donde estudiarán sus hijos, es importante que los valores de la escuela donde asistan coincidan con los de los padres. Una vez elegida la escuela es importante que no se tengan dudas y que se acepten sus normas, aquí tanto el niño como su familia tiene que adaptarse a la escuela. Algunos niños presentan dificultades de adaptación, por lo que tienen que aprender a establecer nuevas situaciones de comunicación e intercambio.

La escuela brinda numerosas experiencias de cambio y crecimiento, y al mismo tiempo revela importantes características de la personalidad así como el estado de madurez del niño.

En la escuela, al igual que en la familia, tanto los niños como las niñas necesitan unos límites claros y estables dentro de los cuales puedan desarrollar su actividad: han de saber a qué atenerse, qué es lo que pueden hacer y qué no, es decir, necesitan un marco en el que puedan desenvolverse con cierta seguridad. Además la interiorización de normas de conducta y la adaptación de una serie de reglas les ayuda a ser más

responsables, de ahí que la figura del maestro tenga gran importancia, además del conocimiento que imparte. Los padres deben participar activamente en la vida escolar y deben respetar al maestro y mantener una actitud de colaboración, además de mantener un contacto periódico con él, sin que sea excesivo y constante, para saber como se desempeña su hijo en la clase.

A la edad de 7 u 8 años el niño o la niña establecen lazos y relaciones cada vez más sólidas con sus compañeros, aprende a relacionarse con los demás, a dominar sus impulsos agresivos, a imitar a los que tienen éxito y a respetar las reglas de la clase, en resumen, los niños y niñas en este período han de establecer nuevos vínculos y también delimitan el espacio en el que se ubican.

En cuanto a las tareas, los padres pueden supervisar y apoyar a sus hijos con ellas, pero no hacerlas, sino mostrarles en caso de que tengan dudas o se equivoquen como realizarlas.

En esta etapa los conflictos pueden surgir cuando el niño presenta algún problema de conducta en la escuela o sus calificaciones sean bajas, si esto sucede la familia se pone en un estado de alerta, y los niños pueden tener temor y estar confundidos, tienen miedo a reprobar el curso y desilusionar a sus padres que han puesto grandes expectativas en ellos. Si no logra mejorar, el niño puede tener un concepto desfavorable de sí mismo, lo que provoca un desinterés o una conducta de "es que no puedo", el rechazo de su maestro, o de sus compañeros o incluso el deseo de no volver a la escuela. Aquí la familia tiene que analizar si el problema se deriva del contexto familiar, de la escuela, del esfuerzo que se le exige, de dificultades en su desarrollo psicomotriz, de problemas de la vista o audición, o de un desequilibrio en su desarrollo. Cuando aparecen los problemas escolares de cualquier tipo, es recomendable que se establezca una relación fluida entre los padres del niño y el maestro, para poder encontrar soluciones juntos.

Además los padres tiene que transmitir de forma clara y concreta lo que esperan de su hijo o sus hijos, en cuanto a resultados escolares e interesarse por sus avances, sin agobiarlos con una actitud controladora o rígida.

Recordemos que los padres no son los únicos responsables de las dificultades de aprendizaje de sus hijos, aunque sí han de tomar conciencia de lo importante que son algunas de sus actitudes. Las actitudes que toman los padres con sus hijos, ya sean de aceptación o rechazo, tienen gran influencia en ellos. Algunos no consideran que el niño tenga sus propios valores y necesidades, ni tampoco son conscientes de su potencial. Así existen padres autoritarios que no toleran el más mínimo error, cualquier falta va unida a un inmediato castigo y no valoran los actos positivos de sus hijos porque creen que es su obligación. Ante esto, es muy difícil que un niño pueda cumplir esas enormes expectativas y ajustarse a tales exigencias, por lo que puede llegar a desarrollar temor y miedo a los castigos.

También hay hijos con padres indiferentes, y pueden llegar a sentirse poco queridos e incluso rechazados, están desconcertados y buscan un punto de referencia que les aporte seguridad, y cuando no consiguen encontrarlo algunos dejan de interesarse por sus tareas escolares.

Hay que tener presente la confianza que se tiene en las capacidades del hijo y lo que se le exige; un niño al que se exige según sus capacidades tiene una mejor imagen de sí mismo porque siente que de él se esperan resultados, de esta manera se esforzará y se verá capaz. Un niño al que no se le exige percibe que se espera poco de él, la imagen que tiene de sí mismo es de incapacidad y por lo tanto no se esforzará.

En esta etapa es importante que tanto el padre como la madre estén al pendiente de la educación de sus hijos y ambos impongan normas, premien o castiguen si fuera necesario, permitiendo al mismo tiempo que su hijo establezca su lugar y su espacio tanto en el ambiente familiar como en la escuela con sus compañeros.

En esta etapa los niños no han de dedicarse solo al ámbito escolar, también el juego es para ellos una necesidad imprescindible y esencial, ya que a través de él, elabora gran parte de sus deseos, rivalidades, miedos y agresividad. El niño y la niña pasan mucho tiempo ensayando para dominar un objeto o juguete (pelota, papalotes, canicas, etc.) y esta actividad les ayuda a convertir las dificultades en éxito, a la vez que aprenden a aceptar los fracasos, puesto que no siempre les sale como desean, aprenden a controlar sus emociones, sobre las que han de ir adquiriendo cierto dominio, aprenden a respetar las reglas. Además es importante que el niño o la niña aprenda a organizar su tiempo y sepan el que necesitan para ocuparse de sus trabajos escolares y para sus juegos.

Los padres que consiguen que sus hijos se interesen por el estudio, lograrán que en un futuro sean responsables de sí mismos y de su actitud ante la vida.

1.2.5 El periodo intermedio

Es aquella etapa de la vida familiar que coincide, por lo general, con la preadolescencia y adolescencia de sus hijos. Tanto el hombre como la mujer han llegado a los años medios de sus ciclos vitales y su edad se encuentra alrededor de los cuarenta. En este momento la pareja lleva ya tiempo conviviendo, aproximadamente entre unos diez y quince años.

Si los hijos están en la preadolescencia u adolescencia, los padres se encuentran en los años medios de su ciclo vital y es normal que pasen por la "crisis de los 40", ya que este es un momento en el que es necesario revisar los objetivos y propósitos de la vida, en donde se hace una selección para dejar lo que ya no les interesa y se empieza a pensar en lo que se considera importante y vital para cada uno de ellos.

Para muchas parejas este es un buen período de la vida, físicamente están sanos, tienen energía y cierta estabilidad económica: se encuentran en la plenitud de la vida. Su visión de la vida ahora es más madura gracias a la experiencia de los años vividos.

El esposo tal vez disfrute de reconocimiento en su trabajo y por su parte la mujer que trabaja fuera de casa también, y ambos compartan los éxitos respectivos después de tantos años de esfuerzo juntos.

La mujer que solo se dedica a la casa, dispone ahora de más tiempo libre y puede retomar actividades pasadas o iniciar con cosas nuevas.

Las experiencias difíciles de las primeras épocas dan paso a disfrutar juntos viendo como los hijos crecen y se desarrollan. Ahora pueden centrarse más en su relación de pareja y explayarse con su grupo de amigos. Ahora los hijos son mayores y empezarán cada vez más a hacer su vida.

Para otras familias si embargo puede ser una época difícil cuando tanto hombre y mujer se den cuenta que llegaron al punto máximo de su carrera y que muchas de sus ambiciones y sueños pasados no se realizaron y tal vez no se realicen jamás, esta desilusión afecta lógicamente las relaciones de pareja y a toda la familia. Por lo que puede gestarse o parecer una crisis en el matrimonio, la cual en algunos casos puede llevar a la separación²⁵, aquí las grietas que hay en la pareja pueden ensancharse, y las discusiones sobre la separación y el divorcio pueden aumentar. Con frecuencia la amenaza de separación o divorcio es un esfuerzo para controlar y traer al compañero más independiente de vuelta a la posición anterior a la relación²⁶.

Hay hombres que al llegar a esta edad han conseguido cierto éxito profesional y gozan de prestigio fuera del hogar, lo cual puede resultar atractivo para algunas mujeres y, en ocasiones en lugar de replantearse su situación vital y revitalizar su relación de pareja, prefiera buscar una chica que les haga sentir rejuvenecidos.

Otras veces ocurre que al esposo le cuesta asumir estos cambios y siente cierto abandono o amenaza ante los intentos de su mujer por lograr una independencia y

²⁵ BELART, *Op cit.* Pág. 126-127.

²⁶ DÍAZ MORFA, *Op cit.* Pág. 55.

establecer una relación de igualdad y, al no conseguir adaptarse a este cambio en la relación, la pareja entra en crisis.

Para la mujer también es sumamente difícil, donde siente que sus hijos ya no la necesitan tanto o ya no están. Se siente sola o abandonada, no sólo por sus hijos, sino por su marido e incluso por su juventud y belleza, aparecen los primeros síntomas de la premenopausia, es la fase del nido vacío, para muchas mujeres. Si se toma de forma positiva es una fase de nuevas libertades, con posibilidades de crecimiento individual, se pueden volver a tomar actividades que se dejaron a un lado, puede ser una etapa de mayor satisfacción sexual, ya que puede existir una mayor y buena comunicación con la pareja²⁷.

En esta fase las amistades adquieren mayor importancia, pues existe una mayor convivencia y son parte importante de los tiempos libres²⁸.

En este momento, resolver conflictos conyugales es más difícil que en los primeros años, puesto que ahora la relación está más establecida e incluso, en algunos casos, se podría decir que fracturada. Las expectativas de uno con respecto al otro cambian: tal vez lo que en un momento les atrajo ahora deje de hacerlo.

Regresando a los hijos, al entrar a la adolescencia empiezan a ver a sus padres con sus defectos y limitaciones e incluso les muestran cierto rechazo porque no aceptan las modas en las que se encuentran ellos. La adolescencia de los hijos suele coincidir con la mediana edad de los padres, para quienes como mencionamos es un período crucial en sus vidas, precisamente en un momento de valoración y renovación en el que se están cuestionando su propio rumbo, tienen que proporcionar una especial seguridad y guía a sus hijos.

²⁷ WILLI citado en DÍAZ MORFA, *Op cit.* Pág. 63-64

²⁸ *Ibid.* Pág. 64

En esta etapa es cuando el niño o la niña pasan a ser adolescentes, y en esta transición es cuando más necesitan respeto, valoración, confianza y también la asignación de responsabilidades.

Ahora hay que revisar las reglas ya que los hijos al ser más grandes, por un lado reclaman más autonomía y a la vez se les exige mayor responsabilidad. En esta etapa del ciclo vital de la familia han de establecerse de forma seria las obligaciones de cada miembro, se deben asumir responsabilidades y compartir el trabajo entre todos. Es necesario que los padres flexibilicen las reglas y abran los límites establecidos para permitir la desvinculación de sus hijos.

Por otra parte algunos padres que no resolvieron bien su adolescencia, tienen dificultades para ayudar a sus hijos a desenvolverse en lo que ellos mismos no supieron hacer entonces.

Ciertamente la adolescencia de un miembro de la familia revuelve a todos: los padres reviven sus luchas y fantasías adolescentes, se cuestionan sus valores y se ven obligados a remodelar las pautas y reglas habituales. Los hijos desafían los roles de los padres, se rebelan en contra de ellos para hacerles tomar conciencia de que hay que modificar las reglas familiares a medida que ellos crecen y maduran. Ya que a través de la oposición y rebeldía, el o la adolescente fuerza a sus padres a que negocien con él las prioridades, algo por una parte normal y necesario para aprender a autocontrolarse y comenzar a abandonar el control de sus padres. La rigidez ha de flexibilizarse a través de las negociaciones; si bien los padres han de asumir el control y marcar los límites, por su parte los hijos han de poder expresar sus opiniones. Los padres han de ser claros, reales y concretos a la hora de establecer los límites y actuar en consecuencia, es importante que queden claras las reglas, así como cuales serán las conductas a seguir en caso de su infracción. En esta etapa ya no se trata de que los padres impongan las normas sino que han de ser de común acuerdo entre padres e hijos.

Para el adolescente empiezan a cobrar importancia su habitación y los amigos, donde encuentra en ellos la seguridad y las referencias que antes se obtenía de la familia. El adolescente inicia su proceso de identidad a partir de un distanciamiento del entorno familiar. La búsqueda de la identidad tiene lugar tanto en el contexto familiar como en el social y si en el primer contexto se hace mediante negociaciones entre las generaciones en una relación de respeto mutuo, en el segundo es mediante las relaciones con los amigos y otros adultos. Los padres han de aceptar a los amigos de sus hijos, ya que significan un primer paso hacia la independencia, y es al mismo tiempo una buena manera de compartir su mundo.

Durante este periodo lo mejor que pueden hacer los padres es aceptar el comportamiento extraño, antagónico o desagradable aunque por ello no hayan de aprobarlo; se ha de dar espacio para que experimente, sin tomarse demasiado en serio los detalles de sus actos, sin disgustarse y estar tan pendiente de lo que haga. Así el joven dejará poco a poco estas conductas y actitudes rebeldes más por decisión propia que por la presión de sus padres.

Los padres tienen que estar a disposición del adolescente cuando él los necesite, sin subestimar el problema o reaccionando de forma impulsiva o exagerada. Es fundamental que los hijos sepan que pueden contar con sus padres en los momentos difíciles, sin miedo a ser castigados.

Por otra parte necesita que sus padres mantengan sus valores pues el mismo se define basándose tanto en su aprobación como en contra de ella. De esta manera va a ir adquiriendo de forma gradual su identidad y experimentando sus propias emociones, a veces contradictorias, y auto afirmándose mediante la oposición de sus padres.

Para que el adolescente se abra al mundo necesita tener a su disposición la seguridad familiar. La conquista de su autonomía la logra a través de un proceso en el cual va desligándose de los vínculos infantiles que le unen a su familia, y empieza a actuar y a decidir por sí mismo y comienza a regirse por sus propios criterios. Nos obstante hay

padres que fomentan en exceso la autonomía de sus hijos, y estos intentos de desvinculación prematura pueden darles la sensación de ser expulsados de la familia. Por el contrario, hay casos en que los padres dificultan el proceso de autonomía de sus hijos, mediante la sobreprotección o una excesiva permisividad. Además el adolescente tiene que responsabilizarse de sus estudios, y responder de ellos con madurez, es importante que siga cumpliendo con sus obligaciones.

Padres e hijos están en proceso de reestructurar las relaciones y pronto se darán cuenta que es necesario establecer una relación de igualdad entre ellos. De manera que si la familia fomenta la autonomía, mantiene un control flexible y presta apoyo se creará un ambiente en el que coexista la vinculación entre los miembros de la familia.

1.2.6 La emancipación de los hijos

Todas las familias en su desarrollo evolutivo han de afrontar, llegado un determinado momento, la separación entre padres e hijos. La emancipación de los hijos es una época de transformaciones en la familia, donde los jóvenes han de conseguir una autonomía personal y abandonar el hogar, este cambio genera cierta perturbación en la organización familiar. Hay familias que cuando llegan a este período de su ciclo vital viven una profunda crisis. En otras familias los padres se sienten orgullosos de que sus hijos se independicen, porque además de proporcionarles una sensación de libertad y la oportunidad de dedicarse a aquellas actividades que dejaron de hacer, viven con satisfacción el que sus hijos consigan su independencia.

Para este período el joven ha asumido que su responsabilidad es el estudio, y aunque no siempre sea fácil o agradable tiene que esforzarse y conseguir sus objetivos.

La época de la emancipación de los hijos puede ser un buen momento para que la pareja se dedique a todo lo que no fue posible durante su educación, tener más tiempo para ellos y para su relación. Sin embargo las personas que se dedicaron excesivamente a sus hijos, pueden sufrir al encontrarse solos frente a frente. Así,

algunos padres al llegar a los 50 o 60 años experimentan un sentimiento de ausencia y desánimo cuando sus hijos se independizan: es lo que se llama síndrome del "nido vacío". En estos casos la partida de los hijos pone de manifiesto un distanciamiento entre la pareja, que para algunos puede acabar en una disolución del matrimonio.

En una familia de varios hijos no se da únicamente una crisis sino que vuelven a vivirse crisis sucesivas al mismo tiempo que los hijos se van yendo de casa.

La insatisfacción en la pareja puede representar un obstáculo para la independencia de los hijos, de hecho, en algunos hogares se ponen impedimentos para que esto no suceda y no sentir así el dolor que produce la imagen del "nido vacío".

En otras familias pueden darse crisis de emancipación si el hijo no se va, y sus padres se sienten incómodos: a esto se le conoce como "nido atestado".

En otros casos el hijo desde hace tiempo sabe cual será su futuro y acepta vivir con sus padres sin que exista ningún problema por parte de ellos.

Una vez que los hijos se van, aunque se vean a menudo con sus padres, poco a poco se van despegando mediante un proceso gradual. Desligarse de los padres no quiere decir romper con ellos o cortar por completo la relación; sino mantener e incluso solicitarse ayuda mutua en lo referente a algunas cuestiones. Así, a la familia de origen se puede acudir en los momentos buenos y en los difíciles.

Si bien los vínculos emocionales se mantienen y pasan de una generación a otra, a partir de ahora ambas generaciones tiene que confiar en sí mismas y establecer nuevas relaciones de igualdad.

Al abandonar el hogar lo más probable es que el joven acabe por formar su propia familia, que cada vez irá tomando más peso al tener hijos y convertirse en padre o madre, y a la que le unirán lazos más fuertes que los que tenía con la de procedencia.

El proceso de emancipación tiene que ser visto como algo recíproco, es decir, no sólo son los hijos los que han de emanciparse, sino que los padres también han de desapegarse de sus hijos sin sentirse amenazados por la separación: han de dejar que sus hijos crezcan y estimularles para que se independicen y sean ellos quienes dirijan sus propias vidas.

La emancipación de los hijos obliga de alguna manera al hombre y a la mujer a tomar conciencia de la necesidad de ciertos reajustes, tanto individuales como de pareja.

Las mujeres que durante muchos años se dedicaron al cuidado de los hijos, ahora se van a encontrar con mucho menos que hacer y con menos personas a quien cuidar. A partir de ahora se debe centrar en ella misma y en su relación de pareja. Suele coincidir que en esta época comienzan a aparecer los primeros síntomas de la menopausia, que de alguna forma también colaboran a desencadenar la "crisis de los 50".

Al igual que las mujeres, los hombres también viven la "andropausia" en la que tiene lugar un paulatino declive hormonal en el que los andrógenos, en concreto la testosterona, descienden de nivel, lo que hace que algunos hombres noten que su deseo sexual disminuye, u otros recurran a salir con una chica joven que los haga sentir jóvenes y atractivos.

En esta etapa tanto para el hombre como para la mujer al llegar a los 50 o 60 años ya no tiene tantas opciones para dar un giro completo a su vida, por lo que ahora se preguntan: ¿qué he hecho con mi vida?.

Hay personas que tienen grandes deseos de tener nietos para llenar y dar sentido a esta nueva etapa de su vida, mientras que para otras puede suponer un duro golpe puesto que asocian la palabra "abuelo" con vejez o deterioro y ellos aún se sienten jóvenes.

En esta etapa sería bueno que la pareja reelaborara su relación ya que la organización familiar está cambiando: los hijos cada vez participan menos y en poco tiempo pasarán de ser varios en casa a ser sólo dos. Las parejas que no hayan previsto esta ni se hayan preocupado de alimentar día a día su relación seguramente se encontrarán en conflictos, mientras que aquellas que conservaron cierta flexibilidad y son capaces de adaptarse a las circunstancias cambiantes superarán este período de crisis, vivirán juntos el proceso de ir haciéndose mayores y disfrutarán unidos la etapa de la jubilación.

En resumen en esta etapa de la vida hay tres tareas importantes a realizar:

- Tanto el hombre como la mujer han de hacer un esfuerzo por revitalizar su relación de pareja, buscando actividades que puedan hacer juntos.
- Las mujeres que se dedican al hogar pueden realizar alguna actividad individual que les enriquezca
- Los padres han de prepararse para aceptar la elección de pareja de sus hijos, dando su aprobación y respetándola sin obstaculizarla.

1.2.7 La jubilación y la vejez

En nuestra sociedad la jubilación viene determinada por la edad cronológica, es decir el último período del ciclo de vida comienza justo en el momento de la jubilación, alrededor de los 65 años y hasta el final de la vida.

En este período hay cuestiones como la jubilación, la pérdida de la pareja o la disminución de las funciones cognitivas que requieren igualmente una adaptación. El proceso de transición de la vida activa y productiva a la vida retirada resulta casi siempre difícil pues es otro momento de cambio. Además se examina como ha sido la vida y también como ha sido el amor. Si la pareja se ha mantenido firme se une más

estrechamente y el amor se hace más dulce y tierno. En cambio si ha habido rupturas importantes pueden surgir sentimientos de culpa, frustración o desencanto²⁹.

Una de las principales características de este periodo es que a partir de la jubilación se hace necesario planificar y estructurar el tiempo de otra manera. Es importante tomar conciencia de que se ha jubilado y vivir los sentimientos de pérdida o temor que pudieran surgir; y poco a poco ir encontrando las nuevas oportunidades que presenta esta etapa. La jubilación puede ser realmente una época agradable en la que ya no se tiene aquellas presiones y ambiciones de la mediana edad. Ahora se dispone de más tiempo para recrearse ya que los hijos son adultos, es necesario encontrar cosas interesantes en las que se pueda invertir ese tiempo y la energía que aún se conserva, de lo contrario se resistiría a envejecer y se lucharía contra lo que ha dejado el paso de los años.

Hay personas que no se han preparado para el momento de su jubilación y cuando llega el momento de retirarse de la vida activa pueden llegar a sentimientos depresivos, de pérdida e inutilidad.

Las claves del envejecimiento exitoso están en mantenerse activo así como en la capacidad de ser flexible, abierto, creativo y adaptarse a los cambios.

Con la mayoría de edad, aunque mentalmente uno se sienta bien, no se puede negar que la fuerza física va disminuyendo, las articulaciones se resienten y poco a poco aparece cierto deterioro físico y psicológico y cada vez se empieza a hablar más de cómo eran las cosas, que de lo que está por venir, en esta etapa más que nunca es necesario saber centrarse en el presente. Las relaciones interpersonales en esta etapa cobran gran importancia en el sentido de que proporcionan un apoyo emocional ante los cambios que se están viviendo.

²⁹ ABENGÓZAR, *Op cit.* Pág. 47.

Al llegar a la jubilación parece inevitable hacer un repaso de lo que se ha hecho hasta el momento, y según sea el balance puede llegar a sentirse cierto sentimiento de fracaso e inutilidad. En vez de recriminarse hay que intentar encontrar el modo de tomar contacto con uno mismo, reconciliarse con el mundo y buscar un sentido a la propia existencia.

A partir de este momento van a pasar mucho tiempo la pareja juntos, y por lo tanto se puede disfrutar de diversas actividades juntos o separados. Para otras parejas encontrarse los dos a cada momento en el hogar puede ser exasperante lo que puede dar lugar a continuos enfrentamientos. En este periodo la pareja ha de intentar también comunicarse sus pensamientos y sentimientos, tanto positivos como negativos³⁰, además paran de preguntarse que están pensando el marido o la esposa y cesan de intentar complacer a toda costa al otro. Se sienten plenamente aceptados y aceptantes. Esta es la etapa del crecimiento personal³¹.

Algunas personas al llegar a la vejez empiezan a temer a la enfermedad, la pobreza o la soledad, lo que hace que puedan comportarse de un modo egoísta o regresivo, sobre todo si se dispone de mucho tiempo libre y pocas actividades lo que puede llevar a la "depresión de la tercera edad", relacionada con una dificultad para aceptar el proceso de envejecimiento, con la pérdida progresiva de independencia y autonomía o bien con la soledad que puede representar la viudez.

Además llega un momento en que uno de los miembros de la pareja se haga mayor antes que el otro, ya sea por diferencia de edad o por enfermedad física. Afrontar la muerte de la pareja puede ser un proceso doloroso y largo e incluso se dan casos en los que, para evitar el sentimiento de pérdida y soledad ambos fallecen en un breve margen de tiempo, aunque por lo general uno de los dos queda viudo y tienen que continuar viviendo sin su compañero de vida.

³⁰ BELART, *Op cit.* Pág. 208.

³¹ DÍAZ MORFA, *Op cit.* Pág. 57.

Si el hombre es el que muere, la viuda puede sentirse desprotegida y sola. Y si el hombre es el que queda viudo también tendrá sentimientos de soledad y desvalimiento. Cuando el anciano o anciana viven solos, los hijos se ocupan de él o ella, ya que poco a poco va disminuyendo la capacidad de cuidarse a sí mismos, hasta que llega un momento en que no puede vivir solo o sola y se llega la decisión de que viva con uno de los hijos, esta decisión puede generar cierta perturbación en el sistema familiar, pues será necesario reorganizar el hogar para que todos puedan acomodarse a la nueva situación. En esta última etapa a los hijos les corresponde procurar por encima de todo que sus padres tengan un final de vida lo más digno posible.

Para terminar, el envejecimiento y la muerte por más que se quieran retrasar son fenómenos naturales que constituyen los últimos cambios a los que hay que adaptarse en la vida.

He explicado las fases o etapas descritas por diferentes autores, donde es importante destacar que en cada fase o etapa del ciclo vital de la familia, se experimentan crisis que son totalmente normales y que es precisamente la lucha por superar estas crisis lo que mantiene vivo y en proceso de enriquecimiento dinámico a la familia.

1.3 CRISIS O CONFLICTOS EN LA FAMILIA

El matrimonio no está exento de fragilidad y en su proceso evolutivo atraviesa diversas crisis, que se llevan mejor si la pareja es flexible, es decir si consigue adaptarse a las diferentes circunstancias de la vida.³²

La gran mayoría de las personas considera las crisis como algo negativo que conviene evitar por encima de todo, sin embargo una crisis puede verse desde dos formas como un peligro y como una oportunidad, es decir, puede verse como un cambio positivo, una evolución que puede llevar a una transformación.³³

³² BELART, *Op cit*, Pág. 64.

³³ BELART, *Op cit*, Pág. 133.

Cualquier relación de pareja, incluso la más funcionales, mantienen un delicado equilibrio y necesitan continuos reajustes para superar los conflictos y dificultades que surgen inevitablemente a lo largo del tiempo. Todas las parejas cometen errores, sufren algún desencanto y se malinterpretan.³⁴

Algunas parejas consiguen salir de las crisis por sí mismas e incluso con más fuerza y unión, otras necesitarán acudir a un especialista en terapia de pareja que les pueda ayudar a replantear su relación y decidir si quieren seguir juntos o separarse.

Es a través de estas fases o crisis que las parejas reorganizan sus modos de vincularse y lo que por tanto, le permite su renovación y a la vez su estabilidad y crecimiento, es decir, se dan a la vez de una forma alternada y continuada, un proceso de estructuración y desestructuración de los vínculos.³⁵

Una crisis tiene un efecto dinámico y de crecimiento, aún cuando es vivida por la pareja como algo amenazante y destructivo.³⁶

Cuando la familia atraviesa un conflicto³⁷ se encuentra sin dirección, está en un momento de desarmonía, desequilibrio, aparecen problemas que no fueron resueltos y quedaron enterrados.

El conflicto aparece cuando una situación de tensión presiona a la familia. Requiere ciertos cambios que no se pueden producir por una inflexibilidad o rigidez en ésta, o bien porque supera sus recursos. Las reglas y los roles de la familia se hacen confusos. Los valores y objetivos pierden importancia. Se ceden las expectativas y las prohibiciones.

³⁴ *Ibid.*

³⁵ Díaz Morúa, *Op cit.* Pág. 65.

³⁶ *Op cit.* Pág. 69

³⁷ http://www.psicoplanet.com/temas/tema06_contenido.htm. A partir de aquí la información que esta en las siguientes páginas es tomada de esta dirección que utilizo la siguiente bibliografía:

- Froma Walsh. (1998): "El concepto de resiliencia familiar: crisis y desafío" en revista "*Sistemas Familiares*"
- Pittman, Frank (1990): "*Momentos decisivos. Tratamientos de fases en situación de crisis*". Buenos Aires, Paidós.
- Watzlawick, Paul, Weakland, John; Fish, Richard (1995): "*Cambio: Formación y Solución de los problemas humanos*". Barcelona, Herder.

Como ejemplos de crisis podríamos citar: las situaciones de infidelidad, la entrada en la adolescencia de los hijos, la muerte de un miembro de la familia, también la pérdida de trabajo, un embarazo precoz de una hija, una mudanza, etc. Estas crisis son fundamentales y evolutivas.

1.3.1 Tipos de crisis

Lo que resulta motivo de tensión en una familia, puede no serlo en otra. Dependerá del conflicto y de la vulnerabilidad de ésta ante las crisis. Recordemos que no existe la familia perfecta. Los conflictos y los cambios forman parte de la vida familiar.

A pesar de que cada crisis es única, se las puede dividir en 4 tipos diferentes. Si bien se separan en categorías pueden aparecer superpuestas.

- ☐ Crisis de evolución o del ciclo vital: son las que están determinadas social o biológicamente. No se pueden prevenir. Son conflictos esperados y universales, en donde los cambios que se presentan pueden ser repentinos o dramáticos, leves o graduales. Los problemas aparecen cuando la familia intenta impedir las crisis, en lugar de definir las y adaptarse; o cuando intentan que sean detenidas o que se produzcan en forma prematura. Algunos ejemplos son: entrada en la pubertad, matrimonio de uno de los hijos, jubilación, vejez.
- ☐ Crisis externas: Son sucesos inesperados. Son las más simples. El gran peligro aparece cuando se buscan culpables y se comienza a pensar en lo que se podría haber hecho para evitar la crisis en lugar de tratar de adaptarse a la situación. Algunos ejemplos son: pérdida repentina del empleo, muerte imprevista de un integrante de la familia, un accidente.
- ☐ Crisis estructurales: Estos conflictos tratan de evitar que se produzca un cambio. Son las crisis reiteradas y por tanto las más complicadas (la familia repite antiguas crisis). Por ejemplo: familias con integrantes violentos ó alcohólicos, ó con reiterados intentos de suicidio, o infidelidad de algún miembro de la pareja.

- Crisis de atención: Se presenta en familias con uno o más miembros desvalidos o dependientes. Este miembro mantiene a toda la familia aferrada con sus reclamos de cuidado y atención. La crisis más graves se presentan cuando se requiere una ayuda tan especializada que no se puede sustituir la labor en caso de ser necesario. Por ejemplo si no viene la enfermera alguien debería ausentarse de su trabajo (la tensión es generalmente externa). Ejemplos de estas crisis involucran a personas que dependen de algo externo para su sostén económico, o las que dependen de personas externas para el cuidado de uno de los integrantes de la familia, etc.

El conflicto es menos problemático si se habla, ya que la familia puede recurrir a personas externas e incluso unirse para recibir ayuda. Si se oculta y nadie se entera resulta más difícil su solución.

Virginia Satir³⁸ menciona también que las familias con problemas presentan cuatro factores clave que hay que cambiar:

- La autoestima disminuida.
- La comunicación indirecta, vaga y poco sincera.
- Las reglas rígidas, inhumanas, fijas e inmutables.
- El enlace de la familia con la sociedad es temeroso, aplacador e inculpador.

Es difícil que la familia reconozca los obstáculos que les impiden avanzar, debido a que suelen estar encubiertos. Algunos obstáculos aparecen:

- En la comunicación: secretos familiares (cuestiones encubiertas dentro de la familia que pueden o no ser explícitas). En estas familias no está aprobado expresarse abiertamente y hablar de "ciertas cosas", palabras o cuestiones que no pueden ni siquiera ser mencionadas.
- En la intimidad: Es importante que los miembros de la familia sepan que las conductas que realizan influirán a otros. En estos casos son frecuentes las

³⁸ SATIR, Virginia, *Nuevas relaciones humanas en el núcleo familiar*. México: Pax-Mex, 1991. Pág. 18.

coaliciones, alianzas, madres que sofocan a sus hijos, y todo tipo de relaciones que dificulten el cambio.

- En los roles: Cada familia asigna roles a sus miembros (que determinar quién hace qué). Lo disfuncional es la rigidez en la asignación de estos roles. Es decir, por ejemplo, si en una pareja, la mujer cocina, y ella llega a tener algún inconveniente, él podría reemplazarla, pero aparecería un conflicto si él llegara a considerar que desempeñar el rol de ella no es apropiado. Otro obstáculo son los roles que no son tomados en cuenta. Por ejemplo, nadie lava los platos y el conflicto aparece cuando ya no hay más platos limpios, o cuando el lavadero está lleno de trastes sucios. Hay familias que otorgan cierta susceptibilidad a uno de sus miembros, y sólo esa persona es vista como portador del problema, creyendo que si se logra cambiarlo desaparecerá el conflicto.
- En las reglas: Las reglas norman todos los factores que les permiten a los integrantes de la familia vivir juntos y mejorar o dejar de hacerlo³⁹. Y llegan a ser disfuncionales cuando son estrictas y rigurosas, por tanto se vuelven intolerantes.
- En los objetivos: Cuando la familia se propone metas y no son alcanzadas. Por ejemplo, cuando la familia pretende que su hijo estudie en una universidad prestigiosa y exigente académicamente y él no lo logra, aparece una crisis.
- En la historia de la familia: Aparecen cuestiones que no han sido resueltas. Y se escuchan frases como la de "María nunca..." o "Juan siempre...". Pero, por supuesto, cada miembro va a tener su propia versión de los hechos que muchas veces puede no coincidir con la de los demás.

Los niños suelen ser los miembros más vulnerables al conflicto. Por eso la familia no vive en un estado de armonía, pueden presentar diferentes tipos de problemas como por ejemplo la disminución de la autoestima y otros problemas psicológicos (depresiones, comportamiento antisociales, entre otros).

³⁹ SATIR, Virginia. *Op cit.* Pág. 130.

1.4 RESUMEN

A la familia la forman cada uno de sus integrantes, que se relacionan entre sí, cada uno influye en los otros y cada cual forma a través de esa misma interacción su personalidad, creando en conjunto una identidad familiar que permite diferenciarse de otras familias, al mismo tiempo establecen los límites y las reglas internas para su buen funcionamiento.

Los tipos de familia pueden ser conforme a su estructura o relaciones, conforme a su estructura existe la familia nuclear o conyugal, la familia extensa, la familia monoparental y las familias reconstituidas o mixtas.

Al igual que los seres humanos las familias en su desarrollo pasan por diferentes etapas evolutivas y cada una de estas etapas o periodos tiene características propias y plantea diferentes necesidades y exigencias. Las etapas de la familia son: El noviazgo, vida en común, la llegada de los hijos, la etapa escolar, el periodo intermedio, la emancipación de los hijos, la jubilación y vejez

En cada una de estas etapas la familia presenta crisis, donde a través de ellas reorganizan su modo de vincularse, lo que por tanto permite su renovación y a la vez su estabilidad y crecimiento, es decir, se dan a la vez de una forma alternada y continuada, un proceso de estructuración y desestructuración de los vínculos. El conflicto aparece cuando una situación de tensión presiona a la familia. Requiere ciertos cambios que no se pueden producir por una inflexibilidad o rigidez en ésta, o bien porque supera sus recursos. Las reglas y los roles de la familia se hacen confusos. Los valores y objetivos pierden importancia. Se ceden las expectativas y las prohibiciones.

A pesar de que cada crisis es única, se las puede dividir en 4 tipos diferentes: Crisis de evolución o del ciclo vital, Crisis externas, Crisis estructurales y Crisis de atención. Si bien se separan en categorías pueden aparecer superpuestas. Cuando se presenta un conflicto todos los miembros de la familia son afectados, y la forma en que hayan estructurado sus relaciones, el estilo educativo de los padres, la comunicación y el

establecimiento de reglas, ayudara o impedirá que se resuelva de una mejor manera o por el contrario que el conflicto se haga más grande, por tanto estos temas serán tratados en los capitulos siguientes.

CAPITULO DOS

LA EDUCACIÓN FAMILIAR Y LOS ESTILOS EDUCATIVOS

2.1 LA EDUCACIÓN FAMILIAR

2.1.2 CARACTERÍSTICAS DE LA EDUCACIÓN FAMILIAR

2.2 ESTILOS EDUCATIVOS

2.2.1 TIPOS DE ESTILOS EDUCATIVOS

2.2.1.1 El estilo autoritario

2.2.1.1.1 El autoritarismo represivo

2.2.1.2 La sobreprotección

2.2.1.2.1 El sobrecuidado

2.2.1.3 El estilo democrático

2.2.1.4 El estilo indiferente

2.2.1.5 La inconsecuencia (o falta de claridad en los mensajes educativos)

2.3 RESUMEN

CAPITULO DOS

LA EDUCACIÓN FAMILIAR Y LOS ESTILOS EDUCATIVOS

Como vimos en el primer capítulo la familia constituye un elemento estabilizador para el desarrollo y progreso humano. A través de la asimilación de actitudes, pautas de conducta, sistema de creencias y valores de la comunidad familiar, ésta va a desempeñar un papel primordial en el desarrollo de cada uno de sus miembros. Y la manera en que va a transmitir esto, es por medio de la educación.

La educación en la familia se da por la enseñanza y el aprendizaje entre los padres e hijos, la forma en que los padres enseñen a sus hijos y la interacción que se dé entre ellos, repercutirá en el desarrollo favorable o no, tanto de la familia como de cada uno de ellos.

Por tanto en este capítulo se describirán las características de la educación familiar y sus principales funciones, además se analizarán los estilos educativos de los padres.

2.1 LA EDUCACIÓN FAMILIAR

La familia es el primer lugar educativo donde el hombre se forma, el segundo ámbito es la escuela y el tercer lugar es la calle o el entorno.

Con referencia a esto se distinguen tres ámbitos:

- La educación familiar
- La educación institucional y
- La educación ambiental o del entorno

La educación familiar es aquella que se da entre los integrantes de la familia consta de dos actividades principales enseñar y aprender y se lleva a cabo en el lugar en donde viven y se educan los miembros de la familia.

La escuela es el lugar del crecimiento intelectual del alumno, complementa las funciones educativas de la familia, y en algunas ocasiones, la sustituye, cuando la familia es pasiva.

La educación ambiental es la que acontece en la calle o en el entorno. Es el resultado de múltiples influencias del ambiente físico, de las amistades.

Para este trabajo me enfocare en el primer ámbito: la educación familiar, debido a que es una de las funciones más importantes de la familia, educar a todos y cada uno de sus miembros, Medina Rubio cita a García Hoz en el libro "La familia en el tercer milenio" quien menciona que la educación familiar en el individuo es la primera:

"...que se ha de considerar, por dos razones: en primer término por una razón cronológica, ya que de la familia recibe el nombre de su ser y los primeros estímulos para la educación. En segundo término, porque los influjos familiares son los más extensos y los más hondos en la existencia humana, de tal suerte que su deficiencia cualitativa o cuantitativa produce perturbaciones o estados carenciales del orden psíquico que difícilmente se pueden remediar"¹.

¹ MEDINA RUBIO, Rogelio. "La familia y la formación de las actitudes personales ante la vida". En: Emilio López-Barajas Zayas. *La familia en el tercer milenio*. Madrid: Univ. Nac. de Educ. a Distancia, 1995. p.31.

2.1.2 CARACTERÍSTICAS DE LA EDUCACIÓN FAMILIAR

Si esto es así, cabe revisar más a fondo las características principales de la educación familiar, Quintana Cabañas² en el libro “Pedagogía Familiar” nos describe cada una de ellas:

- **Es fundamental:** de los tres campos donde se desarrolla la educación del hombre (la familia, la escuela y la calle) es la educación familiar la que marca al individuo para toda la vida, dándole una base que condiciona todo su futuro desarrollo humano y cultural. El ambiente familiar, en efecto determina en el individuo los procesos de su constitución personal y su adaptación a la sociedad.

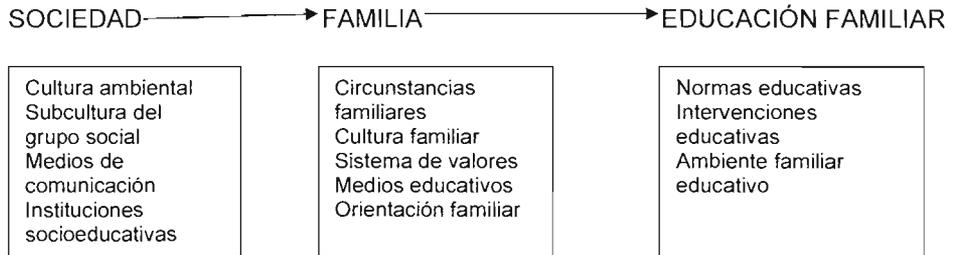
- **Es informal, global:** es una institución educativa, pero cuyos miembros no han recibido una preparación específica para esta función. Por eso la acción educativa que se ejerce en ella puede ser problemática, y es el resultado del clima general que impregna la familia y del tipo de interacción que en ella se establece.

- **Es soberana:** los padres deciden el tipo y estilo de educación

- **Es permanente:** porque comienza en el primer día de vida de una persona y termina en el último; a lo largo de este camino la interacción educativa que establece la propia dinámica familiar, sobre sus diversos miembros, es inevitable y continua.

² QUINTANA CABAÑAS, José Ma. (Coord.). *Pedagogía Familiar*. Madrid. Narcea, 1993. Pág.13-26

➤ **Esta sociológicamente condicionada:** toda la educación, siempre depende de lo que es la sociedad; pero la educación familiar, lo es más todavía, ya que la institución que la da (la familia) es un reflejo de la sociedad.



La educación familiar no es superficial: toca el fondo de la persona, no sólo en sus aspectos psicológicos, sino también humanos, por medio de la educación familiar el individuo accede a las normas básicas del comportamiento, que le permitirán no sólo adaptarse a la vida común, sino también acceder a los máximos niveles de la dignidad humana.³

➤ **Exige realismo y sentido común:** los padres necesitan apoyarse en bases firmes para asegurar la eficacia positiva de su labor educativa

➤ **Tiene ámbitos propios:** la familia en cuanto a grupo social se caracteriza por ser un grupo de *intimidad*, en el que las relaciones son de persona a persona (y, al mismotiempo, es un grupo "completo", pues considera al ser humano en todos sus aspectos: físico, psíquico, social e ideal).

La familia ejerce esta acción educativa de manera informal, espontánea y natural, esto es así, porque la misma relación y comunicación entre sus miembros favorece o dificulta, el desarrollo óptimo del sistema familiar.

³ *Ibid.*

En la familia, el ámbito educativo es el espacio vital de la convivencia próxima, intensa, personal, radical y originaria entre sus miembros. En la educación familiar los tres factores educativos⁴ que destacan por su potencialidad son: la autoridad, el ejemplo y el amor.

- En el ámbito familiar la autoridad paterna descansa, ante todo, en el realce y ejemplo de la conducta personal, capaz de producir la adhesión en los hijos como reconocimiento de éstos a esa superioridad moral que los atrae.
- El ejemplo de los padres tiene un poder formativo en la familia, pues son las primeras personas que de un modo natural y espontáneo se ofrecen como objeto de imitación a sus hijos, con el propósito de identificación, de oposición o de afirmación de su propia personalidad.
- En cuanto al amor, el amor natural y espontáneo de los padres ha de estar al servicio de la acción educativa, por eso ha de tener un carácter electivo, ético, promotor de la madurez personal, del propio bien, suscitando respuestas efectivas, amistad y obediencia.

Estos tres elementos son importantes, pero las funciones de la familia son diversas y pueden sintetizarse principalmente en dos: enseñanza y aprendizaje. Ambas actividades pueden ser alternadas por los miembros de la familia, sin embargo durante los primeros años de vida de los hijos, la actividad de enseñanza corresponde mayormente a los padres y conforme transcurre el tiempo, esto se va equilibrando de manera que tanto padres e hijos enseñan y aprenden.

Las actividades de enseñanza que corresponden a la familia y que menciona Raquel Soifer en su libro "¿Para qué la familia?"⁵ son:

- Enseñanza del cuidado físico: alimentación, vestimenta, higiene, peligros, etc.

⁴ LÓPEZ-BARAJAS, Emilio. *La familia en el tercer milenio*. Madrid, España: Universidad Nacional de Educación a Distancia, 1995. Pág. 31-33, 40-43, 47 y 48.

⁵ SOIFER, Raquel. *¿Para qué la familia?*. Buenos Aires, Argentina: Kapelusz, 1979. Pág. 29.

- Enseñanza de las relaciones familiares: desarrollo del amor, el respeto, la solidaridad y las características psicológicas de cada sexo.
- Enseñanza de la actividad productiva y recreativa: del juego con juguetes, de las tareas hogareñas, de la destreza física, de los estudios y tareas escolares, de las artes, de los deportes, etc.
- Enseñanza de las relaciones sociales: con los otros familiares (abuelos, tíos, primos, etc.), con amigos y personas en general.

En conclusión la educación familiar es la que permite el desarrollo del individuo, si es de manera favorable o no depende de la forma en que haya sido el aprendizaje y la interacción en la familia.

2.2 ESTILOS EDUCATIVOS

La educación familiar es básica para los integrantes de la familia, en esencial de los hijos ya que dentro de la familia es donde se desarrolla su personalidad, aprenden normas de conducta, y esto les permite integrarse a los diversos ambientes fuera de la familia, por tanto también es socializadora, y para llegar a esto cada familia adopta un estilo educativo paterno, que Coloma Medina define como:

“Los estilos educativos paternos pueden definirse como esquemas prácticos que reducen múltiples y minuciosas pautas educativas paternas a unas pocas dimensiones básicas, que, cruzadas entre sí en diferentes combinaciones, dan lugar a diversos tipos habituales de educación familiar”.⁶

⁶ COLOMA MEDINA, José. “Estilos educativos paternos”. En: José Quintana C. *Pedagogía Familiar*. Madrid: Narcea, 1993. Pág. 48.

A través de los estilos educativos paternos son los tipos de relaciones que se establecerán entre cada uno de los miembros de la familia, hay que aclarar que cada estilo es diferente y en la realidad puede identificarse o no con el tipo de relaciones que se establece en cada familia, porque la familia no es estática, se va desarrollando, además cada familia es única, junto con el tipo de relaciones que establecen.

Es necesario mencionar que hay factores que mencionan Coloma Medina, Elsner y otros, en los que si los padres los dan en mayor o en menor grado dan como resultado un cierto tipo de estilo educativo, estos factores son:

- **El grado de afecto:** un padre afectuoso generalmente es cariñoso, aprueba, comprende, pone interés en sus hijos, hace uso frecuente de explicaciones, responde positivamente a la conducta de dependencia, usa de razones para imponer la disciplina y usa poco el castigo físico. Los padres poco afectuosos se caracterizan más bien por el rechazo y un desinterés por el hijo⁷.

- **El grado de control:** Esta dimensión se define con relación a la restrictividad. El control paterno (exigencia paterna), puede ser firme rígido, indulgente o negligente todos los padres ejercen algún tipo de control. Es más todos los padres --y no sólo los autoritarios-- usan con los niños en ciertas circunstancias las técnicas asertivas de poder para obtener resultados a corto plazo. El problema estriba más bien en la intensidad, forma y dirección “habituales” de las prácticas de control. El control insuficiente transmite el mensaje implícito de que la conducta prescrita o recomendada no tiene justificación interna y de que acaso ni los mismos padres creen en ella. En consecuencia, los hijos no obedecen no interiorizan lo mandado. El control excesivo, produce conformismo

⁷ ELSNER V., Paulina; MONTERO L., Ma. De la Luz; REYES V., Carmen; ZEGERS P., Beatriz. *La familia: una aventura*. Chile: Alfaomega, 2001. Pág. 83-86.

exterior y rebelión interna.⁸ Los padres controladores son aquellos que imponen muchas restricciones y exigen el cumplimiento de las normas referidas a conducta, modelos, limpieza, orden, obediencia y agresión. Se forma a los hijos en función de un “deber ser”. Por el contrario, los padres que dan autonomía pretenden que sus hijos cada vez más tomen decisiones bajo su propia responsabilidad⁹.

- **El grado de ansiedad:** se refiere al grado de compromiso con que los padres llevan a cabo sus conductas de parentales. Los padres ansiosos generan inseguridad y temor en el niño. Los calmados, seguridad en sí mismos y frente al mundo; transmiten al hijo la idea de que pueden controlar su medio¹⁰.

- **La reciprocidad de respuestas:** aquí se manejan dos polos, en el primero los padres responden a las necesidades detectadas en los hijos y la accesibilidad e implicación afectiva paterna que con ellos tienen, además el grado y la forma en que se da la reciprocidad y comunicación abiertas, el otro polo sería donde los padres solo centran sus respuestas hacia ellos mismos¹¹.

2.2.1 TIPOS DE ESTILOS EDUCATIVOS

En un cuadro que realice, mostraré los diversos estilos educativos paternos que mencionan diversos autores (Galli, 1976; Márquez Barradas, 1987; Coloma Medina, 1993; López-Barajas, 1995; Naranjo Ojeda, 1997; Elsner y otros, 2001;), cabe aclarar que los señalan con diversos nombres y sugieren distintos elementos de análisis para su clasificación, pero al final cada uno de estos estilos tienen características muy semejantes y nos dan una idea amplia de lo que pasa en la familia.

⁸ COLOMA MEDINA, *Op cit.* Pág. 54,56

⁹ ELSNER V., *Op cit.* Pág. 83-86.

¹⁰ *Ibid.*

¹¹ COLOMA MEDINA, *Op cit.* Pág. 54,56

Galli	Márquez Barradas	Coloma Medina	López-Barajas	Naranjo Ojeda	Elsner y otros
El estilo autoritario	Padres autoritarios	autoritario-represivo	autoritarismo	El autoritarismo	Padres hostil-restrictivos
	El padre represivo		autoritarismo inestable		Padres hostil-permisivos
La hiperprotección	Padres permisivos	permisivo-indulgente	padres sobreprotectores	La superprotección	Padres afectuosos-permisivos
		permisivo-negligente		Padres afectivos	
El modelo familiar o democrático.		autoritativo-recíproco		Padres que educan con afecto y control razonable	Padres afectuosos-restrictivos
El estilo libertario			La independencia creadora	La indiferencia	
				La inconsecuencia	

Como se puede ver algunos autores dividen una misma categoría en dos, debido a que través de su análisis se dieron cuenta que el mayor o menor grado de los factores antes mencionados, pueden dar otros estilos.

Cabe aclarar que los padres no se encasillan en un solo estilo y que su proceder educativo puede tener características de alguno en especial, pero responder de otra forma dependiendo del momento o la emoción que los invada.

A continuación analizaré cada uno de los estilos y sus características principales, para describir cada uno de ellos los mencionaré a través de su característica más sobresaliente, reuniendo elementos de todos los autores.

2.2.1.1 EL ESTILO AUTORITARIO

El estilo autoritario, parte de la idea de que la inmadurez y la inexperiencia de los hijos han de orientarse en la autoridad paterna, mediante formas coercitivas e indiscutibles para que puedan lograrse éxitos positivos¹². Suelen programar la vida de sus hijos casi totalmente y en general las conversaciones con ellos están llenas de ordenes e indicaciones. Imponen muchas restricciones y prohibiciones. No explican sus negativas. Someten la voluntad de los hijos ya que hacen cumplir estrictamente las normas, que pueden ser tanto morales, como comportamentales, las cuales deben ser practicadas sin objeción. Exigen obediencia estricta a sus mandatos. La crítica constante y poco valoradora suele ser lo más frecuente. El padre autoritario actúa como si fuera el dueño absoluto de su hijo, dirigiendo cada uno de sus pasos como si no fuera capaz de realizar cosas, no le pide su opinión, ni le permite que haga algo por sí mismo.¹³ No permite conductas que no sean las determinadas y prescritas, las cuales no son discutibles, ni en sus metas, ni en sus medios¹⁴.

El control de los padres es rígido y esmerado, y deja poca libertad a los hijos. La autoridad de los padres es exagerada y se inhibe a los hijos cualquier intento de ponerla en cuestión¹⁵. Lo que crea un fuerte temor en sus hijos y esto hace que se pierda la comunicación y en caso extremo hasta el cariño. Genera en los hijos actitudes de absoluta rebeldía o de una gran apatía hacia todo¹⁶. Recurren menos a las alabanzas y más a los castigos, los cuales suelen ser poco razonados. La

¹² GALLI, Norberto. *La pedagogía familiar hoy*. Barcelona, España: Herder, 1976. Pág. 33-45

¹³ NARANJO OJEDA, Nicomedes. *¿Cómo es su familia?*. Bilbao, España: Ediciones Mensajero, 1997. Pág. 120-130

¹⁴ LÓPEZ-BARAJAS, *Op cit.* Pág. 31-33, 40-43, 47 y 48.

¹⁵ COLOMA MEDINA, *Op cit.* Pág. 54,56

¹⁶ MÁRQUEZ BARRADAS, Ma. Luz. *Manual de formación de padres*. Veracruz, México: Universidad Veracruzana, 1987. Pág. 35-38.

comunicación es unidireccional y cerrada por tanto se presentan distancia en las relaciones padres e hijos¹⁷.

Las consecuencias en los hijos son que pueden crear personas con un sentimiento de culpa al no ser capaces de llevar a cabo cada una de las indicaciones de su padre, o son muy sumisos, o por el contrario crean rebeldía que puede generar conflictos graves dentro de la familia, o presentan una rebeldía interna que no expresan y siguen obedeciendo, lo que hará que un determinado tiempo aparezca esta inconformidad como un malestar físico o psicológico¹⁸ Si esto es muy severo pueden presentarse en los hijos problemas de neurosis. La combinación de una baja permisividad y un elevado castigo conduce a la timidez, retraimiento social, falta de confianza o de motivación para adoptar papeles propios de adultos y en los peores casos pueden suscitar el autocastigo, tendencias suicidas y la propensión a tener accidentes¹⁹.

Dentro del autoritarismo también existe un estilo autoritario y represivo.

2.2.1.1.1 EL AUTORITARISMO REPRESIVO

El padre represivo se caracteriza porque regaña por todo y ante cualquier situación se desata en improperios e insultos, constantemente grita y acude a los golpes ante la menor provocación, consiguiendo tener a la familia atemorizada y generalmente nulifica la autoridad del otro. Los hijos le tienen miedo y los hace mentirosos por temor a las represalias y al mismo tiempo los acobarda a enfrentar cualquier situación²⁰.

Los efectos en los hijos son los mismos que en el autoritarismo.

¹⁷ COLOMA MEDINA, *Op cit.* Pág. 54-56

¹⁸ NARANJO OJEDA, *Op cit.* Pág. 120-130

¹⁹ ELSNER V., *Op cit.* Pág. 83-86.

²⁰ MÁRQUEZ BARRADAS, *Op cit.* Pág. 35-38.

2.2.1.2 LA SOBREPOTECCIÓN

Los padres sobreprotectores consiguen para sus hijos todo lo que éstos desean, sin poner ningún impedimento, ante el temor excesivo a los riesgos, ahorrándoles la necesidad de luchar para obtenerlo²¹. No existe dirección alguna de su parte. No existen reglas de ningún tipo que le hagan comprender a los hijos, lo adecuado o no de sus peticiones²². Responden ante la menor demanda de atención, no ponen énfasis en su autoridad, no establecen normas estrictas y detalladas, acceden fácilmente a lo que quieren sus hijos, son muy tolerantes, se oponen al castigo y rara vez lo utilizan. Ceden ante la menor insistencia de ellos, se sacrifican en todo y por todo, renuncian a sus propios intereses y deseos por hacer lo que sus hijos le piden²³, pero les preocupa su formación, atienden y responden a sus necesidades²⁴

Los hijos de estos padres suelen ser activos, extrovertidos, socialmente asertivos e independientes, así como cordiales, creativos y carentes de hostilidad para con otros y para consigo mismos. También pueden ser algo agresivos y dominantes, pero estas conductas pueden extinguirse rápidamente en un ambiente adecuado²⁵. Tienen una elevada autoestima, autoconfianza, pero al mismo tiempo por la falta de autoridad presentan falta de autodominio, de autocontrol²⁶. En este caso, los hijos tal vez ni siquiera sepan agradecer los beneficios y ayudas que reciben, se vuelven egoístas y pueden llegar a pensar que todos están a su disposición²⁷ debido a que utilizan de forma ventajosa cualquier medio para conseguir lo que desean²⁸, desde los clásicos berrinches hasta inventar supuestas enfermedades o dolencias. El chantaje sentimental es un medio muy común para conseguir sus propósitos. Esto genera una comunicación inadecuada, los hijos consideran a sus padres como sus esclavos, y se preocupan solo por ellos y pueden adoptar la hipocresía como medio para relacionarse

²¹ LÓPEZ-BARAJAS, *Op cit.* Pág. 31-33, 40-43, 47 y 48.

²² NARANJO OJEDA, *Op cit.* Pág. 120-130

²³ MÁRQUEZ BARRADAS, *Op cit.* Pág. 35-38.

²⁴ COLOMA MEDINA, *Op cit.* Pág. 54,56

²⁵ ELSNER V., *Op cit.* Pág. 83-86.

²⁶ COLOMA MEDINA, *Op cit.* Pág. 54,56

²⁷ NARANJO OJEDA, *Op cit.* Pág. 120-130

²⁸ LÓPEZ-BARAJAS, *Op cit.* Pág. 31-33, 40-43, 47 y 48.

con los demás. Aunque conservan el cariño hacia sus padres, se vuelven incapaces de sentir una simpatía desinteresada²⁹.

Pero existe otra forma de sobreprotección que es el sobrecuidado y que veremos a continuación.

2.2.1.2.1 EL SOBRECUIDADO

Otra forma de superprotección la presentan aquellos padres que controlan y programan cada uno de los momentos de la vida de sus hijos³⁰. En el sobrecuidado los contactos son excesivos, las atenciones son prolongadas en el tiempo y en el espacio, impidiendo una conducta autónoma. Esto causa una gran ansiedad e inseguridad en los hijos, ya que este estilo bloquea el proceso de autonomía individual, impidiendo cualquier experiencia de decisión propia y favorece una estructura interior resignada e indecisa³¹. De esta forma los hijos pueden sentirse incapaces de afrontar la vida por sí mismos y pueden sentirse angustiados ante las dificultades, pues se sienten impotentes e inseguros.³²

2.2.1.3 EL ESTILO DEMOCRÁTICO

En este estilo se crea un clima de dialogo entre padres e hijos, ya que los padres prefieren conversar, para conocer los deseos y aspiraciones de sus hijos y adecuarse a su propias necesidades. El diálogo es creado con la intención constante de solucionar las dificultades y las incertidumbres de los hijos. Este intercambio de ideas enseña a respetarse, a razonar, y a tener en cuenta las responsabilidades de cada uno. Disminuyen la causa de los conflictos y si estos aparecen los resuelven rápidamente, a través del respeto y confianza entre padres e hijos a través de un dialogo razonable. También se caracterizan por que a medida que los hijos crecen, se les orienta a tener conciencia de pertenecer, no solo en el plano material, sino también en el afectivo, a un

²⁹ MÁRQUEZ BARRADAS, *Op cit.* Pág. 35-38.

³⁰ NARANJO OJEDA, *Op cit.* Pág. 120-130

³¹ GALLI, *Op cit.* Pág. 33-45

³² NARANJO OJEDA, *Op cit.* Pág. 120-130

grupo de personas: su familia con su propia historia y vocación. Los padres participan además a los hijos de todo aquello que se refiere a la familia, los inmiscuyen en las actividades que emprenden y en las perspectivas que alimentan. De esta forma crean una atmósfera de solidaridad y amistad, lo que ayuda a los hijos a madurar tanto en el plano emocional como en el social. Los padres desean que sus hijos adquieran su independencia, consolidando gradualmente el sentimiento de autonomía y responsabilidad, tomando como punto de partida la experiencia, la capacidad, las inclinaciones de sus hijos y el ambiente en el que viven³³

Los padres aceptan los derechos y deberes de los hijos, pero exigen a la vez que los hijos acepten los derechos y deberes de los padres. Los padres ejercen consciente y responsablemente la autoridad y liderazgo que les corresponde como padres y adultos, por tanto los hijos aceptan las normas paternas voluntariamente y la comunicación es frecuente, bidireccional y abierta.³⁴ Existe un clima de cierto consentimiento en la participación, no fundada en la indiferencia y el rechazo, ni en dejar la autoridad responsable, sino en la relación afectiva y el respeto mutuo, con el deseo de que los hijos se sientan cada vez más libres y responsables de sus acciones³⁵.

Aceptan a sus hijos, son afectuosos, cariñosos y lo demuestran con frecuencia de manera espontánea. Buscan las acciones buenas de sus hijos, comprenden buscando la explicación de las cosas y evitando juzgarles, les ponen interés y les dedican tiempo. Están al día en las actividades de sus hijos, les agrada conversar con ellos. Les dan explicaciones. Razonan la disciplina cuando hay que hablar de ella y procuran que sea aceptada³⁶.

Generan en sus hijos conductas positivas y deseables, como son la actividad controlada y ordenada, la comunicación, la obediencia sin sumisión, el orden y la creatividad. En los hijos la disciplina combinada con el afecto produce los mejores resultados. Recordemos que lo que el niño llegue a ser de adulto dependerá en gran

³³ GALLI, Norberto. *Op cit.* Pág. 33-45

³⁴ COLOMA MEDINA, *Op cit.* Pág. 54,56

³⁵ LÓPEZ-BARAJAS, *Op cit.* Pág. 31-33, 40-43, 47 y 48.

³⁶ NARANJO OJEDA, *Op cit.* Pág. 120-130

medida del control que sus padres ejerzan sobre él, mediante la disciplina y el afecto que le proporcionen³⁷ Este estilo permite que los hijos sean independientes, creativos y persistentes, siempre y cuando la restrictividad de los padres vaya cediendo conforme al crecimiento de los hijos, de lo contrario se harán conformistas, dependientes, obedientes, ordenados, carentes de agresividad y menos creativos³⁸.

2.2.1.4 EL ESTILO INDIFERENTE

Pone énfasis en la espontaneidad y en la libertad. Se llega a pensar que el mejor modo de asegurar el desarrollo personal de los hijos consiste en dejarlos al arbitrio de sí mismos. Las relaciones interpersonales dentro del ámbito familiar, asumen aspectos del todo informales. Se da principalmente en padres donde sus ritmos de trabajo son tan exigentes que casi no ven a sus hijos.³⁹ Los padres en este estilo dejan que sus hijos hagan lo que desean con tal de que no les afecte en su vida cotidiana, no responden a sus necesidades afectivas y si tienen posibilidades económicas las compensan con bienes materiales⁴⁰. Son los padres cuya conducta de sus hijos poco les preocupa, si es adecuada o no los padres no responden en forma especial. Esta excesiva libertad, proviene de padres que viven como si no tuvieran hijos, demostrando además mínimo afecto hacia ellos. No existe orientación en las cuestiones normales de la vida, no hay exigencias ni de orden, ni de cumplimiento de objetivos, ni de horarios⁴¹

Este estilo crea en los hijos personas con tendencia a la sumisión, o centradas en sí mismas, incapaces de servir a las exigencias comunitarias, carentes por consecuencia del sentido de la autonomía y responsabilidad⁴². Los hijos viven sin referencias claras, lo que hace que ellos mismos sean desorganizados, y como están muy necesitados de afecto las pautas de conducta que imitan son las de sus amistades⁴³, y al no encontrar el apoyo afectivo de sus padres pueden tener un autoconcepto negativo, carencias en

³⁷ *Ibid.*

³⁸ ELSNER V.,

³⁹ GALLI, Norberto. *Op cit.* Pág. 33-45

⁴⁰ COLOMA MEDINA, *Op cit.* Pág. 54,56

⁴¹ NARANJO OJEDA, *Op cit.* Pág. 120-130

⁴² GALLI, Norberto. *Op cit.* Pág. 33-45

⁴³ NARANJO OJEDA, *Op cit.* Pág. 120-130

autoconfianza y responsabilidad, bajos logros escolares, escaso autodominio y en algunos casos trastornos psicológicos y desviaciones graves de conducta⁴⁴

2.2.1.5 LA INCONSECUENCIA (o falta de claridad en los mensajes educativos)⁴⁵

Aquí los padres no adoptan ningún estilo definido, la variabilidad es lo que les caracteriza. Unas veces son muy comprensivos y otras intolerantes, conceden hoy un premio por lo que castigaron ayer, dicen que hay que hacer una cosa y hacen otra distinta, cuando castigan se arrepienten del castigo y ceden fácilmente, le pegan pero como llora lo abrazan de inmediato; faltan en general criterios uniformes y pautas claras que los chicos puedan comprender y aprender fácilmente. Esta inconsecuencia crea confusión y desorientación general en los hijos, ya que viven en una constante inseguridad, al no poder predecir las consecuencias de sus acciones, no saben si lo que hace será bien o mal recibido. Este estilo crea en los hijos personas con gran inseguridad, miedo y desorganización⁴⁶.

La labor educativa de los padres en la familia no es fácil y por tanto esta división de estilos sirve para reflexionar sobre su importancia, para finalizar Márquez Barradas⁴⁷ nos maneja las características recomendables que debe tener cada padre:

- **Honestidad:** no importa cuan grandes o pequeños sean los hijos, hay que hablarles con la verdad de acuerdo a su edad, la circunstancia y la importancia del asunto que se esta tratando.

- **Constancia:** ser constante en el cumplimiento de las reglas, no actuando de acuerdo al momento, sino con una línea de comportamiento ya definida y bien clara, esto es en cuanto atención, cariño, recompensas, etc.

⁴⁴ COLOMA MEDINA, *Op cit.* Pág. 54,56

⁴⁵ NARANJO OJEDA es el único autor que maneja este estilo, y lo llama de esta forma debido a que los padres no son constantes, ni congruentes con la forma de guiar a los hijos.

⁴⁶ NARANJO OJEDA, *Op cit.* Pág. 120-130

⁴⁷ MÁRQUEZ BARRADAS, *Op cit.* Pág. 50-53.

- **Cumplimiento:** se refiere a que en ocasiones se dice o se promete algo muy fácilmente, que puede ser un castigo o un premio, aunque en ocasiones no se cumpla, en vez de esto hay que buscar algo que este al alcance y se vaya a cumplir, de esto va a depender la confianza y seguridad de los hijos.

- **Respeto:** se refiere a mostrarlo tanto de parte de los padres a los hijos como de los hijos a los padres. El respeto se manifiesta en los hijos con hechos concretos, aceptando sus gustos, considerando sus características personales, tanto cualidades como defectos, y refiriéndose a ellos adecuadamente, nunca con apodos, sin actitudes prepotentes o insultantes, pero también sin lástima. El respeto que el padre manifieste a su hijo, será el mismo que el hijo tendrá hacia él.

2.3 RESUMEN

La educación en la familia se da por la enseñanza y el aprendizaje entre los padres e hijos, la forma en que los padres enseñen a sus hijos y la interacción que se dé entre ellos, repercutirá en el desarrollo favorable o no, tanto de la familia como de cada uno de ellos.

Las características principales de la educación familiar, son:

- Es fundamental
- Es informal,
- Es soberana
- Es permanente
- Esta sociológicamente condicionada
- Exige realismo y sentido común
- Tiene ámbitos propios

La familia ejerce esta acción educativa de manera informal, espontánea y natural, esto es así, porque la misma relación y comunicación entre sus miembros favorece o dificulta, el desarrollo óptimo del sistema.

Los estilos educativos paternos pueden definirse como esquemas prácticos que reducen múltiples y minuciosas pautas educativas paternas a unas pocas dimensiones básicas, que, cruzadas entre sí en diferentes combinaciones, dan lugar a diversos tipos habituales de educación familiar.

Es necesario mencionar que hay factores que si los padres los dan en mayor o en menor grado dan como resultado un cierto tipo de estilo educativo, éstos son:

- El grado de afecto
- El grado de control
- El grado de ansiedad
- La reciprocidad de respuestas

Los estilos educativos se pueden dividir en:

- El estilo autoritario y el autoritarismo represivo.
- La sobreprotección y el sobrecuidado.
- El estilo democrático.
- El estilo indiferente y
- La inconsecuencia (o falta de claridad en los mensajes educativos)

Las características recomendables que debe tener cada padre, son:

- Honestidad
- Constancia
- Cumplimiento
- Respeto

En general hay un elemento que permite que se dé la relación entre los integrantes de la familia, esta es la comunicación la cual revisaremos en el siguiente capítulo.

CAPITULO TRES

LA COMUNICACIÓN EN LA FAMILIA

3.1 LA COMUNICACIÓN EN LA FAMILIA

3.2 LA COMUNICACIÓN EN PAREJA

3.3 LA COMUNICACIÓN ENTRE PADRES E HIJOS

3.4 RESUMEN

CAPITULO TRES

LA COMUNICACIÓN EN LA FAMILIA

La comunicación es el instrumento que posee la familia para estrechar sus lazos afectivos y enfrentar los distintos acontecimientos que se presentan a lo largo de su ciclo vital. A través de ella expresan ideas, emociones, y actitudes fundamentales para el desarrollo del sistema familiar.

Sin embargo en muchas ocasiones al comunicarnos dentro de la familia surgen conflictos o malos entendidos y no sabemos exactamente que los provocaron. En este capítulo se analizarán los elementos clave de la comunicación familiar, así como las características de la comunicación en pareja y de la comunicación entre padres e hijos dentro de la familia.

3.1 LA COMUNICACIÓN EN LA FAMILIA

La comunicación consiste en una relación establecida entre dos o más personas, por la cual una de ellas participa o ambas participan entre sí, se ponen mutuamente en contacto y donan algo de sí al otro¹.

La comunicación es un proceso a través del cual se da y se recibe información. Es una manera de intercambiar ideas, sentimientos y experiencias. La comunicación permite establecer relaciones entre las personas, tanto dentro de la familia como fuera de esta².

La comunicación familiar se caracteriza porque sus miembros se comprenden, se toleran, se respetan y se aceptan. La comunicación familiar tiene una doble finalidad: el encuentro con el otro y el encuentro con la verdad, donde el otro es un miembro del hogar, y donde la comunicación cumple diversas funciones: es relajadora, otras veces

¹ FERMOSE ESTÉBAÑEZ, Paciano. "Las relaciones familiares como factor de educación". En: QUINTANA CABAÑAS, José Ma. (Coord.), *Pedagogía Familiar*. Madrid, Narcea, 1993, Pág. 61.

² PICK, Susan; GIVAUDAN, Martha y MARTÍNEZ, Ángela. *Aprendiendo a ser papá y mamá*. México: Planeta. Pág. 37

sirve para dar información, donde se ayuda a la mutua reflexión y a contrastar los juicios de valor sobre lo comentado³.

La comunicación familiar supone unidad o comunicación recíproca entre los miembros que la constituyen, es decir, se da un reconocimiento a la personalidad del otro, a su diversidad personal, como elemento igualmente necesario de la comunicación familiar. Sólo desde el reconocimiento del otro puede existir algo en común; algo en lo cual se participa⁴.

La comunicación exige, además, cuatro elementos: un emisor, un receptor, un mensaje y un medio o vehículo de transmisión, que puede ser el lenguaje o los sentidos corporales como reflejo del pensamiento y del sentimiento y un contexto⁵.

- Emisor es quien produce y envía el mensaje a un
- receptor, que lo recibe y puede a su vez convertirse en emisor;
- el mensaje es una serie de signos que expresan hechos, ideas, opiniones, sentimientos, emociones...y
- el contexto es la situación espacio-temporal en la que el intercambio ocurre.

El emisor puede preocuparse de intentar comunicar del mejor modo, bien adecuando el mensaje al estado del receptor, o procurando que el mensaje sea rico en contenido, o atendiendo a las condiciones propias para poder comunicar⁶.

La comunicación presenta dos modalidades que se conocen como comunicación verbal y comunicación no verbal. Para que un mensaje sea totalmente claro los dos tipos de comunicación deben coincidir de manera que los sentimientos o ideas que se transmiten por medio de los gestos, la postura y la mirada, sean acordes con el contenido verbal que se transmite.⁷ El lenguaje verbal esta muy ligado al lenguaje

³ FERMOSO, *Op cit.* Pág. 62-64.

⁴ MEDINA RUBIO, Rogelio. "La familia y la formación de las actitudes personales ante la vida". En: Emilio López-Barajas Zayas. *La familia en el tercer milenio*. Madrid: Univ. Nac. de Educ. a Distancia, 1995. Pág. 45

⁵ ISAACS, David. *Dinámica de la comunicación en el matrimonio. Pautas de evaluación*. Instituto de Ciencias para la Familia, 1995. Pág. 87 y CASE, Patrick. *Yo me comunico, tú te comunicas*. Argentina: Lumen, 1990. Pág. 5-6

⁶ ISAACS, *Op cit.* Pág. 87

⁷ PICK, *Op cit.* Pág. 39-40.

corporal (gestos, mímica, miradas), en una comunicación ambos pueden estar ligados, desde éstos se envían múltiples mensajes que el receptor debe interpretar⁸.

Como mencione la comunicación se da a través de la verbalización y a través de los medios no verbales. La comunicación no verbal, es decir la que es a través de gestos, movimientos corporales y señales como sonreír, decir adiós, fruncir el ceño, quedarse callado, desviar la mirada, sonrojarse, es de gran importancia para la interpretación del mensaje⁹. Por ejemplo: a través de la expresión facial las personas comunican áreas de interés, acuerdos, enfados, desconfianzas y otras emociones.

Algunas conductas verbales¹⁰ que destacan por su influencia en el mensaje son:

- El contacto ocular. Este contacto es una condición imprescindible para iniciar el dialogo de forma igualitaria.
- La expresión facial. Es importante que exista coherencia entre lo que se dice y lo que se manifiesta mediante la expresión facial.
- La postura del cuerpo es un indicador de relación, tensión, deseos de aproximarse, timidez, inseguridad, etc.

Las bases de la comunicación familiar son la aceptación del otro y de la verdad, la confianza, el amor, el respeto a la libertad y la comprensión¹¹.

En una familia que permite que todos sus miembros expresen sus ideas, intereses y puntos de vista, se abren canales de comunicación que permiten solucionar conflictos y establecer reglas familiares¹².

La calidad de la comunicación en la familia esta relacionada con la capacidad de transmitir lo que se desea, así como la habilidad de escuchar a los demás permitiendo la libre expresión de sentimientos y depende en gran medida de la actitud que se adopte al escuchar a la otra persona y al darle importancia a los mensajes que emite,

⁸ DÍAZ MORFA, José. *Prevención de los conflictos en pareja* Madrid: Narcea, 1998. Pág. 144

⁹ PICK, *Op cit.* Pág. 40.

¹⁰ ABENGÓZAR, Ma. C., CERDÁ, C. y MELÉNDEZ, J.C. *Desarrollo familiar. Aspectos teóricos y prácticos*. Valencia, España: Promoción del Libro Universitario, 1999. Pág. 58

¹¹ FERMOSO, *Op cit.* Pág. 65.

¹² PICK, *Op cit.* Pág. 40.

no sólo en cuestión de lo que piensa, sino principalmente a lo que se refiere la expresión de sentimientos¹³.

Uno de los requisitos de la comunicación es lograr que el mensaje que enviamos a otra persona sea claro, lo cual implica que expresemos en forma concreta lo que pensamos, deseamos o sentimos¹⁴.

Utilizando una comunicación con un dialogo sencillo y claro dentro de la familia, se evitan conflictos, malos entendidos, regaños, gritos o resentimientos y el clima en la familia es más armónico. Mejorar la comunicación facilita que los integrantes de la familia se lleven mejor, estén de buen humor y los problemas se resuelven directamente con la persona afectada, en lugar de acumular sentimientos negativos y enojos¹⁵.

La manera de lograr una comunicación efectiva es asegurarse de dar mensajes en un lenguaje sencillo, con ideas cortas y precisas. Además es de gran importancia que la idea que se transmite sea congruente con lo que se hace y con lo que se piensa¹⁶.

3.2 LA COMUNICACIÓN EN PAREJA

La comunicación en la pareja es un proceso necesario para unirse y para vivir un proyecto en común. Es:

*"un proceso dinámico de intercambio de acciones, pensamientos y sentimientos entre los cónyuges que tienden a compartir, proteger y reforzar algo valioso en la relación, aumentando así la calidad y la unidad de la misma durante el transcurso de la vida"*¹⁷.

¹³ PICK, *Op cit.* Pág. 40-41.

¹⁴ GIVAUDAN, Martha y PICK, Susan. *Yo papá, yo mamá.* México: Planeta, 1995. 167 p.

¹⁵ PICK, *Op cit.* Pág. 43-44.

¹⁶ PICK, *Op cit.* Pág. 43.

¹⁷ ISAACS. *Op cit.* Pág. 15

La comunicación en la pareja no sólo es transmisora de información sino que a la vez y a través de ella impone conductas, y en este sentido es como se define la relación.

La comunicación en la pareja se caracteriza porque sus miembros se escuchan, se respetan, se toleran, se aceptan y se comprenden. Debido a que a través de la comunicación la pareja se define a sí misma, se ve con claridad que si existen dificultades en este punto se pueden producir problemas en el funcionamiento de la pareja y el sistema familiar¹⁸.

Cinco condiciones¹⁹ que se recomiendan para una buena comunicación son:

- ◆ comprensión empática,
- ◆ congruencia,
- ◆ respeto,
- ◆ delicadeza y
- ◆ aprecio.

La comprensión empática significa que cada miembro de la pareja o de la familia se preocupa de intentar ver las cosas desde el punto de vista del otro. Se trata de intentar reconocer qué factores pueden haber causado sus pensamientos, sentimientos o acciones manifestados. La comprensión llevará a la persona a intentar localizar las causas principales y también a actuar de modo adecuado. Esto no quiere decir que la pareja este continuamente de acuerdo con el otro, pero les permite comprenderse y por lo tanto expresar al mismo tiempo su punto de vista sin herir al otro, aunque no este de acuerdo con su opinión.

La congruencia supone que el sujeto actúa en plena concordancia con lo que siente y piensa, comunicando sus sentimientos y pensamientos con claridad y prudencia. Se notará la congruencia en la pareja si habitualmente está cómodo y a gusto en la relación, si es auténtico y sincero habitualmente, si no elude los temas que son

¹⁸ DÍAZ MORFA, *Op cit.* Pág. 144

¹⁹ ISAACS, *Op cit.* Pág. 90-99 y BORNSTEIN, Philip H. y BORNSTEIN, Marcy T. *Terapia de pareja. Enfoque conductual-sistémico.* Madrid: Ediciones Pirámide, 1992. Pág. 120-122.

importantes para los dos, si expresa sus sentimientos o sus pensamientos, con el fin de mejorar la relación en vez de perjudicarla.

El respeto se refiere a la actitud según la cual la pareja se trata entre sí con una dignidad mutua y se consideran a sí mismos recíprocamente personas únicas y dignas de consideración.

La delicadeza es un componente fundamental del proceso de comunicación y se refiere a ser conocedor de las necesidades de la pareja.

Apreciar significa reconocer el valor de algo o de alguien y también mostrar que existe este aprecio. Apremiar a otra persona es confiar en su posibilidad de mejora, de poder aportar mañana una mayor madurez que hoy, de ser mejor cada día.

En la comunicación del aprecio²⁰, pueden existir tres problemas:

1. que no se capte ningún valor del otro, o sólo se le vea un valor parcial,
2. que la pareja necesita ser apreciada en algún rol o aspecto específico en el que no se le ha valorado
3. que la pareja no sepa comunicar o percibir este aprecio.

Aquí es importante el proceso de descubrimiento continuo, ya que muestra la capacidad de apreciar y valorar a alguien.

Los sentimientos y diversas informaciones que se expresan a través del cuerpo, la propia persona que los expresa no está consciente de esta comunicación, de los mensajes que emite. En la pareja, el receptor lo percibe, pero el emisor no, de modo que sin darse cuenta está utilizando este tipo de lenguaje para transmitir parte de lo que quiere decir, ya sea positivo o negativo. Y en ocasiones pueden surgir contradicciones entre lo que dicen los gestos, la mímica y lo que las palabras mencionan, por ejemplo cuando la pareja espera mucho tiempo a la persona para que llegara y preguntan si está enojada/o por ello, la esposa o el esposo responden que no, cuando su lenguaje

²⁰ ISAACS, *Op cit.* Pág. 94

corporal, dice lo contrario. Esto puede crear confusiones en la comunicación, debido a la contradicción de los mensajes emitidos.

En una buena comunicación los mensajes corporales y los verbales sirven para apoyar lo que se está diciendo, sin haber contradicciones entre ellos. Pero también el lenguaje corporal sirve para atenuar lo que se expresa verbalmente, por ejemplo cuando se le hace a alguien una crítica constructiva y se demuestra a través de la cara y gestos y del tono que sólo es un comentario que debe ser tomado en cuenta, pero que no es una reprensión. Esto facilita que el mensaje sea comprendido a nivel racional y también afectivo²¹

En la pareja todas las tareas cotidianas, la convivencia diaria, les permiten comunicar sentimientos, conflictos, deseos y temores.

En una buena comunicación la pareja puede transmitir información "sin necesidad de decirlo", ya que conocen la manifestación de deseos y necesidades a través del lenguaje mímico y gestual, lo que implica un gran conocimiento de la pareja y necesidades.

Los aspectos de la relación²² de pareja que se elaboran y comparten a través de la comunicación son tres:

- ❖ El dominio-poder. Tiene que ver con los papeles que cada uno tiene asignados dentro de la relación y con la forma en que se ejerce el control y el reparto del poder dentro de la relación.
- ❖ El afecto. A través de las diversas manifestaciones de afectos positivos y negativos.
- ❖ La identidad y la validación. Se refiere a las formas en que dentro de la relación se confirma la identidad de cada miembro de la pareja y el valor, el sentimiento de autoestima y estima del otro, a través, de la valoración de conductas y de las manifestaciones de aceptación.

²¹ DÍAZ MORFA, *Op cit.* Pág. 145.

²² DÍAZ MORFA, *Op cit.* Pág. 149-150

Esto lo grafique de la siguiente forma, donde en la intersección de cada una de ellas se encuentra la comunicación.



Algunas características de la comunicación en parejas conflictivas son que predomina la negatividad, el enfrentamiento, recurren a medidas aversivas de control, es decir, se controlan recíprocamente a través del lenguaje negativo que puede ser la coerción, el castigo o respuestas emocionales negativas (críticas, insultos, amenazas, malos tratos, etc.). En comparación con las parejas que tienen una buena comunicación en donde predomina el manejo del tono emocional y afectivo, además utilizan reforzamientos positivos (expresiones verbales de afecto, diversas atenciones, gratificaciones, etc.) y se controlan recíprocamente a través de un lenguaje basado en las gratificaciones.

La incomunicación puede surgir a causa de condiciones inadecuadas en el emisor, o si el mensaje es pobre en contenido, o cuando no se adecua al estado del receptor. Puede fallar también la comunicación por falta de condiciones en el receptor o por las interferencias producidas en el mismo proceso a causa de elementos extraños a la misma relación. La comunicación es un proceso. Por tanto cada vez que se emite un mensaje se esta esperando una respuesta o estimular una comunicación futura²³.

La comunicación cuando es cualitativamente insuficiente, se refiere por ejemplo a que se puede transmitir una gran cantidad de información, sin que por esto se transmita lo que realmente se quiera decir y que la otra persona comprenda, lo que evita una comunicación íntima. La comunicación requiere, entonces, un estado de apertura en las

²³ ISAACS, *Op cit.* Pág. 87

personas y un tema a tratar suficientemente común como para permitir un mínimo de transferencia de ideas, sentimientos, experiencias o conocimientos. Un mayor grado de comunicación supone que hay en los comunicantes un deseo de transferir y de recibir ideas, sentimientos, experiencias y conocimientos, lo que implica una serie de actitudes²⁴.

Otro problema de comunicación que se presenta en la pareja, nos lo menciona Díaz Morfa, y se refiere a la comunicación paradójica de doble vínculo, en donde no importa la respuesta que dé una de los integrantes de la pareja, se haga lo que se haga parece que no logra satisfacer a la otra parte. O parejas que no comunican lo que sienten, ya sea respecto a ellos mismos o de la relación en pareja, lo que conlleva que la otra pareja no se entere de las necesidades de la otra persona, por lo tanto la o las situaciones permanecen iguales, es como vivir en una ilusión donde nada funciona mal, todo permanece estable, cuando en realidad toda relación de pareja evoluciona. En estos casos, es necesario poder expresar, comunicar el malestar, la insatisfacción, de aquí la importancia de la comunicación. Díaz Morfa menciona que *"muchos de los problemas que hay en la pareja no surgen de lo que se ha dicho sino de lo que no se ha dicho"*²⁵.

Los principales problemas²⁶ en el estilo de comunicación de la pareja derivan de que en algunas situaciones, alguno de los integrantes de la pareja, o ambos, toma alguna de las siguientes actitudes:

- No escucha. Se encuentra ahí, pero su mente esta pensando en otra situación o su atención la centra en otra cuestión.
- Habla demasiado. Al hablar demasiado puede no permite expresar a la otra persona y no va directamente al problema, situación o información que es relevante.
- No habla suficiente. Al comunicarse es muy pobre su respuesta. Por ejemplo. ¿Cómo te fue? Bien.

²⁴ ISAACS, *Op cit.* Pág. 88

²⁵ DÍAZ MORFA, *Op cit.* Pág. 148-149

²⁶ DÍAZ MORFA, *Op cit.* Pág. 152-153.

- Interrumpe. Al hablar la otra persona, no la deja terminar, la interrumpe constantemente o interpreta lo que quiere decir la otra persona cuando aún no termina.
- Utiliza un lenguaje muy vago. Menciona cosas que no dan un ejemplo claro de lo que quiere decir. Ejemplo: en esa ocasión que no me acuerdo en donde fue, me hiciste enojar igual que ahora.
- No va directo al asunto que le preocupa. Comienza con muchos rodeos o largas explicaciones y no va directo al asunto que desea tratar.
- No asiente con la cabeza, ni indica acuerdo. Su postura y gestos indican total neutralidad, no se sabe si esta escuchando, si esta de acuerdo o en desacuerdo, parece como si no estuviera ahí.
- No emite señales receptivas. No voltea, o mira a la persona que le esta hablando.
- No le da oportunidad de hablar a su pareja. Habla sobre lo que le interesa sin dar oportunidad a la otra persona de expresar lo que piensa o lo que tiene que decir.
- No discute temas controvertidos o cruciales. El dialogo se basa en temas poco profundos que no tocan la parte importante de lo que conflictua a la pareja.
- Pregunta demasiado. Al hacerse demasiado preguntas, hace sentir a la otra persona como si estuviera en un interrogatorio, donde tiene que explicar todo a paso a paso.
- No hace suficientes preguntas. La persona se queda solo con lo que le dice la otra persona, sin averiguar más acerca de lo que le esta comentando, que podría sacar a relucir temas más profundos de su relación.
- Hace callar a la pareja mediante reproches. Cuando un miembro de la pareja habla y la otra persona encuentra algo que molesta, se cierra la comunicación debido a que interrumpe la otra persona y además reprocha sus acciones y no le permite continuar.
- Se retira cuando se altera. En el momento que se siente molesto la persona se aleja y cierra todo posible intento de comunicación, creando un resentimiento en la persona que se queda lo que podría agravar el problema.

Si estas actitudes son muy seguidas se tenderia a un círculo negativo, en donde una actitud negativa conduciría a otra actitud negativa. En cambio si se promueve un círculo positivo, se aplicaría que una actitud positiva conduce a otra positiva. Cuando hay

problemas de comunicación lo importante es que se tome conciencia y se intente el cambio hacia un proceso positivo

Liberman citado en el libro "Prevención de los conflictos en pareja"²⁷ menciona los doce bloqueos de una comunicación eficaz a través de mensajes destructivos, que son:

- Ordenar: "Ven aquí y limpia esta suciedad ahora mismo"
- Amenazar: "Si no vienes aquí ahora mismo no verás la televisión esta noche"
- Moralizar: "Tu responsabilidad es limpiar sin tener que decírtelo"
- Imponer soluciones: "¿Por qué no empiezas a limpiar cuando empiecen los anuncios?"
- Reprender: "Tendrás que aprender a limpiar sin que te lo digan si quieres ser una buena persona"
- Criticar: "Nunca terminas lo que empiezas"
- Pseudoaprobación: "Me parece ver que estás demasiado cansado para limpiar esta suciedad esta noche"
- Tranquilizar: "Te sentirás mucho mejor cuando hayas limpiado"
- Ridiculizar: "No eres más que una persona perezosa"
- Interpretar: "Estas haciendo esto para volverme loco"
- Interrogar: "¿Puedes darme una buena razón de por qué no estas limpiando ahora?"
- Retirarse: "Estoy demasiado cansado para argumentar nada más. Me voy a la cama"

Otro obstáculo en la comunicación, es la comunicación defensiva en las parejas, que menciona Gibb, citado en el libro "Dinámica de la comunicación en el matrimonio"²⁸. Él define seis pares de categorías defensivas y de apoyo en la comunicación.

DEFENSIVA

- ◆ VALORACIÓN: Siempre llegas tarde

DE APOYO

- ◆ DESCRIPCIÓN: Has llegado en 3 ocasiones tarde, ¿Cuál es el motivo?

²⁷ DÍAZ MORFA, *Op cit.* Pág. 154-155.

²⁸ ISAACS, *Op cit.* Pág. 100-104.

- ◆ **CONTROL:** ¿Qué haces a las 4 de la tarde?
- ◆ **ESTRATEGIA:** La persona actúa ante alguna situación, es decir, no se comporta de forma natural.
- ◆ **NEUTRALIDAD:** Ante algo que le pasa a la pareja, le dice: Eso sucede todos los días
- ◆ **SUPERIORIDAD:** Mejor lo hago yo.
- ◆ **CERTEZA:** Estoy en lo correcto.
- ◆ **ORIENTACIÓN HACIA EL PROBLEMA:** ¿Qué te agrada hacer en la tarde?
- ◆ **ESPONTANEIDAD:** Se comporta con naturalidad
- ◆ **EMPATÍA:** A mí también me ha pasado y en esos momentos me sentía así.....
- ◆ **IGUALDAD:** Mira, para que te tardes menos, lo podrías hacer así.....
- ◆ **PROVISIONALIDAD:** Considero que...

Gibb señala que se reduce la actitud defensiva del oyente cuando el hablante da la impresión de estar dispuesto a someter a discusión su propio comportamiento, sus actitudes y sus ideas.

Otros obstáculos en la comunicación son los siguientes:

- Falta de interés, en lo que le esta diciendo la otra persona.
- El estado de ánimo, si no se encuentra en la mejor disposición, el mensaje puede no ser entendido o se puede malinterpretar.
- La disposición implica que se tenga interés y tiempo y concentración en lo que se le esta diciendo.
- El ambiente y el tiempo que se tiene para conversar, deben ser ininterrumpidos de lo contrario el dialogo se queda a medias.
- La poca empatía. Al no sentir empatía por lo que la otra persona siente, se puede llegar a sentir rechazada o ignorada en sus sentimientos.
- La capacidad de expresión. Al hablar o expresar algo, es necesario agregar también las diversas emociones, posturas gestos que el mensaje requiere, de lo contrario no se sabrá interpretar correctamente el mensaje.

- La capacidad de decodificar. Se refiere a la capacidad de interpretar el mensaje, muchas veces no se escucha de forma correcta todo el mensaje y se interpreta con la información que se tiene, lo que da como resultado malos entendidos y confusiones.
- La posición corporal, indica imposición, aceptación, rechazo, neutralidad, confusión, timidez, etc., si se adopta una posición que denota autoridad cuando estamos hablando la otra persona se colocara en actitud defensiva y por lo tanto se cerrara el dialogo.
- Las palabras y expresiones, deben ser claras y concretas, no abundantes y confusas que interfieran o deformen el mensaje principal.
- Los prejuicios. Se deben evitar los prejuicios, hasta tener toda la información completa, ya que se podría caer en un error al percibir el mensaje de la otra persona.
- Escuchar a medias. Interpretar antes de saber todo lo que nos quieren decir.
- Escuchar y ponerse en lugar del otro. Afirmar y dar por seguro que lo entendimos es lo que siente la otra persona.
- Contacto físico negativo. Dar palmadas agresivas, realizar actos que maltraten o simulen maltratar a la otra persona.
- Gritos. Al subir el tono de voz, la otra persona tenderá a subirlo también para ser escuchado, lo que podría al final resultar como un enfrentamiento violento donde no se resuelve nada y si se dañan mutuamente.
- Oraciones en 2ª. Persona. Al hablar hacer afirmaciones, como tu llegas tarde del trabajo.
- Cruzarse de brazos, se traduce como que no se esta dispuesto a escuchar o al dialogo.
- Guardarse las cosas. Al no decir todos los sentimientos que se llevan dentro, se quedan cuestiones sin aclarar, que en un determinado momento podrian ser el detonante de graves conflictos.
- Imponer las opiniones. Se refiere a que una persona dice la ultima palabra sin tomar en cuenta lo que la otra persona piensa o siente.

Elaboré un cuadro en donde se mencionan los principios y características básicas para una buena comunicación.

EN LA FORMA DE TRANSMITIR EL MENSAJE	EN EL LENGUAJE CORPORAL	EN ACTITUDES PRÁCTICAS	SENTIMIENTOS
Es mejor hacer una petición que una demanda. Las peticiones muestran respeto al otro y mejoran la comunicación.	El contacto ocular es importante, mirar a la persona a los ojos.	Nunca criticar a la persona, criticar aspectos específicos de la conducta.	No intentar saber lo que el otro/a esta pensando o sintiendo.
Preguntar. No hacer acusaciones. Las acusaciones sólo hacen que la persona se defienda y raramente ayudan a encontrar la "verdad".	Debe existir congruencia entre lo que se dice y la expresión facial.	Ceder la palabra.	Utilizar mensajes tipo: "Yo siento" en vez de "Tú eres".
Al hablar de la conducta de la pareja es más productivo hablar de lo que se hace, que de lo que es. Una etiqueta no es útil para efectuar un cambio de conducta	El tono y el timbre de voz son importantes moduladores de la expresión emocional y por tanto importantes al expresar algo.	Evitar categorías de cierto / falso y bueno / malo. Cuando surjan los desacuerdos busque transacción.	Ser directo y honesto. Decir lo que se siente y sentir lo que se diga.
Durante una discusión, hablar del tema exacto del problema, evitar hacer una acusación tras de otra.	La gesticulación no debe ser agresiva, ni impávida.	Solicitar más información	Expresar sentimientos.
Evitar las excesivas generalizaciones. Palabras como <i>siempre</i> y <i>nunca</i> , ya que distraen la atención de la conducta y tienden a etiquetar a la persona.	La postura del cuerpo es un indicador de múltiples sentimientos: aproximación, distancia, inseguridad, tensión, relajación, etc.	No ser suspicaz. No interpretar negativamente el mensaje que recibimos del otro, si tengo dudas preguntarlas	Ser flexible y tolerante
Iniciar mensajes con la frase "Yo". Para hacerse responsable de la parte que le corresponde dentro de la relación y no hablar de la del otro, y permitir que éste se haga cargo de su parte y que pueda expresarlo	Se deben conocer el comportamiento no verbal de la pareja	Dar preferencia a la información positiva.	No guardar sentimientos. En una discusión estas emociones guardadas, saldrán de repente conduciendo a una hostilidad destructiva.
Preguntar al otro que entendió, por si fuera necesario explicar con mayor claridad	Conocer lo que le agrada y desagrada en la comunicación no verbal	Escuchar al otro cuando habla. No interrumpirle.	Sinceridad "medida". Algunas cosas nunca deberán decirse.
Preguntar a la pareja que se puede hacer para mejorar las cosas.	Identificar las actitudes o expresiones negativas o distorsionantes para la comunicación	Ofrecer soluciones. Tratando de llegar a un acuerdo.	Expresar la satisfacción por las cosas que la otra persona ha hecho y que le agradan a la pareja.
Se parafrasea o refleja lo que dice la otra persona.	Utilizar el lenguaje no verbal de manera reforzante y positiva.	Sorprender a la pareja de vez en cuando con algo agradable.	Interesarse por las actividades del otro.
Frases cortas y concretas cuando se quiere hablar de un problema. Hablar correcto y claro.	Contacto físico positivo, es decir, no agresivo ni amenazante.	Concentrarse en lo que menciona la otra persona.	Respeto y amor por la pareja.

3.3 LA COMUNICACIÓN ENTRE PADRES E HIJOS

La comunicación entre padres e hijos permite que los lazos emocionales se establezcan y se consoliden a lo largo de la convivencia, ya que comprende un intercambio afectivo de ideas, afecto, expresiones verbales y no verbales que facilitan acordar un significado para poder acercarse²⁹.

En la familia que se logra una relación positiva a través de una buena comunicación, tanto los padres como los hijos pueden expresar libremente sus pensamientos y emociones, y por lo tanto solucionan de manera efectiva los problemas que se presentan³⁰.

Para mejorar la calidad de la relación entre los padres con sus hijos, es importante que todos aprendan a comunicar claramente sus necesidades, sentimientos, ideas y opiniones, se interesen por buscar una respuesta comprensiva que muestre apoyo y nutra emocionalmente. Es fundamental dar la oportunidad a cada miembro de la familia independientemente de su edad o sexo, de expresar sus deseos, sentimientos y necesidades³¹.

Para favorecer la relación entre padres e hijos³², es importante tomar en cuenta las siguientes recomendaciones:

- Observar y ser sensible. Hay que aprender a entender las señales con las que indican sus necesidades, esto se logra a través del conocer y observar a los hijos.
- Responder de acuerdo con sus necesidades. Una vez que se han identificado sus necesidades, los padres proceden a satisfacerla
- Responder de manera consistente. Es importante tratar de responder de la misma forma, es decir, de manera consistente. Ser consistentes les permite a los hijos poder predecir su conducta y por lo tanto saber que van a hacer, como van a

²⁹ Programa de formación familiar. Guanajuato, México: Rezza Editores, 2003. Tomo 2. Pág. 52-54.

³⁰ GIVAUDAN, *Op cit.* Pág. 19.

³¹ GIVAUDAN, *Op cit.* Pág. 40.

³² GIVAUDAN, *Op cit.* Pág. 42-44.

actuar, que pueden esperar de los padres y cuando. Esto le da seguridad a los hijos y bases para su disciplina.

- Aceptar el estilo de los hijos. Conocer y aceptar que cada hijo tiene sus propias características y estilo de responder a las situaciones, lo cual se conoce como temperamento.
- Demostrar afecto. El contacto físico como un abrazo, una palmada en el hombro, o las demostraciones verbales de afecto como: ¡muy bien!, ¡lo has logrado!, etc., son importantes para fomentar la autoestima y confianza en sus hijos.

La comunicación que destaca aspectos positivos de la otra persona transmite sentimientos agradables de afecto y aceptación y así contribuye a brindar seguridad en los hijos y a percibir sentimientos de aceptación y afecto por parte de su familia³³.

Los puntos importantes para una buena comunicación³⁴, entre padres e hijos son:

- Ambas partes deben estar predispuestas a conversar
- Ambas partes deben hallarse en estado sereno, templado y sin apasionamientos.
- En el diálogo que se tiene con los hijos se deben evitar las interrupciones, la prisa o el estar realizando otras ocupaciones.
- Es necesario fijar un tiempo especial para platicar con los hijos
- Las cosas que exprese tiene que sentirlas.

Una vez encontrado el tiempo, lugar y reunido las características mencionadas anteriormente, es necesario que durante el diálogo se tomen en cuenta los siguientes aspectos³⁵ para lograr una comunicación eficaz.

- Escuchar y actuar. Es decir primero ser un escucha pasivo y después pasar a la acción.
- Adoptar una buena postura. Es necesario situarse a la misma altura.
- Prestar atención. Es importante concentrarse para poder comprender correctamente lo que están diciendo.

³³ PICK, *Op. cit.* Pág. 41.

³⁴ DAVIDSON, *Op. Cit.* Pág. 25.

³⁵ DAVIDSON, *Op. Cit.* Pág. 30-40.

- Tener una amplia visión. Escuche la opinión de su hijo respecto de lo que le está diciendo, si esto es erróneo, deje continuar el diálogo hasta que sea el momento preciso de corregir, de hacerlo en ese momento puede cortar el diálogo que se ha iniciado.
- Escuchar sin hablar. Si no interrumpe el diálogo, los hijos pueden pasar de lo superficial, a lo que verdaderamente los inquieta. Escuchar calladamente, no exige un silencio total, se puede responder con breves gestos, sonrisas o esporádicas afirmaciones como: te escucho, continua, etc., que le confirmaran a su hijo o hija que está escuchando y le servirán de estímulo para continuar.
- Participar. Ahora que ha comenzado el diálogo se puede comenzar con preguntas amplias, pero que vayan dirigidas al asunto que le preocupa, sin ser todavía demasiados directos. Ejemplo: ¿Por eso llegaste molesto de la escuela?, en vez de ¿tuviste un problema en la escuela?. Esto hará que sus hijos se sientan tranquilos y seguros, lo que hará que le comente aquellas cosas que le interesan o preocupan.
- Recapitular. Esto significa que para cerciorarse de que se ha comprendido lo que se ha escuchado, puede resumir con sus propias palabras lo que piensa que le han dicho, siempre preguntando, nunca afirmando.. Por ejemplo: ¿creo que lo que sientes es.....? ¿lo que me has dicho te molesta porque....?. Así los hijos se sienten comprendidos, y pueden resolver el problema, pero otras ocasiones será necesario ayudarlo a encontrarlo, eso no significa que los padres den la solución. Por ejemplo: ¿y cuál crees que podría ser la solución?, su hijo: Decirle que me molesta que me llamen pequeño. Mamá: y además creo que es necesario que le des una disculpa por pegarle. Hijo: Sí, creo que sí. Este es un ejemplo con niños pequeños, pero se puede hacer lo mismo con hijos de otras edades, lo importante es entender a fondo cuales son los sentimientos y necesidades de lo que expresan los hijos.

A través de la comunicación se instruye, aprende, y nos relacionamos; además se expresan los sentimientos. En un grado muy significativo, la capacidad que se tenga de controlar las emociones determinará el éxito de esa expresión. El estado de ánimo en que el papá o la mamá se encuentren puede afectar lo que pretenda decir y distorsionar

drásticamente lo que cree haber oído³⁶. Los signos externos transmiten sentimientos íntimos. Las expresiones faciales, las posturas y el tono de voz son claves, ya que a través de ellas los hijos pueden intuir el mayor o menor grado de predisposición de los padres. Para enviar mensajes sinceros, es necesario retrasar las discusiones cuando se está malhumorado o preocupado por otras cosas³⁷. Considerando que la comunicación sea serena y respetuosa recordando que el lenguaje subido de tono, traba la comunicación.

La comunicación no implica solo hablar, como vimos antes; una parte importante de ella es escuchar, escuchar requiere que toda la atención este centrada en quien nos manda el mensaje, consiste en convertirse en el espejo de las emociones y las intenciones de los hijos. Por ejemplo: Te vez enojado. ¿Estás molesto?, ¡Qué sonrisa! ¿Te paso algo agradable?

Escuchar se refiere a poner atención a lo que los hijos dicen o tratan de decir, al mismo tiempo que se respeta lo que dicen³⁸.

Los padres demuestran a través de la escucha activa a sus hijos, el interés que tienen sobre las emociones que expresan, lo que ayuda a que ellos comprendan mejor si se sienten confusos, los estimula a encontrar sus propias soluciones a sus problemas y por lo tanto mejora la relación entre ellos. Los hijos aprenden que es normal tener emociones y que, al expresarlas de una manera no destructiva, pueden manejarlas más fácilmente³⁹.

Algunas estrategias⁴⁰ para que la escucha sea efectiva son:

- Serenidad
- Confianza en el otro
- Moderar las reacciones cuando se escucha algo que parece fuera de lugar

³⁶ DAVIDSON, Alan y DAVIDSON, Robert. *Los secretos de los buenos padres. Como tener hijos equilibrados*. New York, USA: Medici, 1998. Pág. 9.

³⁷ DAVIDSON, *Op. Cit.* Pág. 18.

³⁸ GIVAUDAN, *Op cit.* Pág. 16.

³⁹ MONBOURQUETTE, Jean. *La comunicación familiar*. México: Trillas, 1996. Pág. 42.

⁴⁰ NARANJO OJEDA, Nicomedes. *¿Cómo es su familia?*. Bilbao, España: Ediciones Mensajero, 1997. pag. 137-138.

- Apreciar siempre lo positivo de la platica, no lo negativo
- Tener una actitud de comprensión.

En ocasiones es necesario decir no a lo que piden los hijos, pero para hacerlo sin que esto cause un problema, Monbourquette⁴¹ menciona tres acciones básicas:

- 1.- Reconocer la necesidad o deseo de los hijos.
- 2.- Dar las razones por las que se va a rechazar lo que se pide.
- 3.- Ofrecer otras opciones que satisfagan en parte las necesidades o deseos de sus hijos. Por ejemplo: los niños están jugando en la sala y les dice: No jueguen en la sala, pueden jugar en el patio. En este ejemplo, se reconoce su necesidad de jugar, pero se les indica la opción de en donde es apropiado.

En la comunicación entre padres e hijos puede presentarse una comunicación negativa⁴², la cual pueden herir a los hijos y repercutir en actitudes rebeldes o introvertidas que afecten todo el sistema familiar, esta comunicación negativa puede ser por medio de:

- ✘ Las críticas: engendran ira y deseos de venganza, además enseña que buscar defectos en los demás es aceptable.
- ✘ Las acusaciones. Son ataques en contra de lo que son los hijos, por lo cual ellos responden mediante actos rebeldes y la conducta tiende a persistir.
- ✘ Los sermones. A los hijos los monólogos superfluos le impiden tomar parte en la conversación, y reducen la posibilidad de que se muestre receptivo la próxima vez.
- ✘ Las ayudas. Cuando se ayuda a terminar una frase, que la otra persona podría completar él solo, le está diciendo que es incapaz de hilvanar bien un pensamiento y hace que disminuya su facultad de resolver problemas.
- ✘ El asedio. Hay varios tipos de asedio y entre ellos se debe evitar avisar, es decir, hacer recordatorios a cada momento. Interrogar, exigiendo explicaciones de su conducta, Amenazar, decir cosas que no podrá cumplir o que

⁴¹ MONBOURQUETTE, *Op. Cit.* Pág. 43.

⁴² DAVIDSON, *Op. Cit.* Pág. 14-17.

podrían sugerir que retaran su autoridad. Juzgar, sin conocer antes todo lo que le ha ocurrido.

- ✘ La aceptación del silencio. Para tener una buena comunicación, los hijos deben estar presente física mental y emocionalmente. Si falta cualquiera de estos tres factores, no los hallara propicios para conversar, así que acepte su negativa, esa misma comprensión es lo que más tarde los acercará a comunicarse.

La buena comunicación con los hijos no significa que no se corrijan los errores, pero es importante hacerlo de manera constructiva, comunicando con claridad el error o lo que nos molesta y, sobre todo, dar alternativas de solución. Al hacerlo de esta forma ayuda a establecer reglas dentro de la familia y mejora las relaciones entre padres e hijos. La comunicación se afecta cuando se corrige en forma destructiva⁴³, por ejemplo:

- ✘ Hacerlos sentir culpables. ¡Otra vez están las huellas de tus dedos en la puerta!
¿Por qué siempre tienes que hacer lo mismo.
- ✘ Usar calificativos a la persona o personalidad del niño: ¡Mira tu manera de comer!
Eres repugnante.
- ✘ Usar amenazas, que generalmente no se cumplen: ¡Si no has terminado de vestirme para el momento en que cuente hasta tres, me iré sin ti!
- ✘ Dar ordenes, o instrucciones para cumplir al instante y sin opción: Quiero que hagas el aseo de tu recámara en este mismo momento.
- ✘ Dar discursos y sermones, en forma de "cantaleta" y con excesivas anotaciones:
¿Crees que lo que acabas de hacer fue algo muy agradable, arrebatarme ese libro? Ya veo que no te das cuenta de lo importantes que son los buenos modales. Lo que tienes que comprender es que si esperamos que las personas sean corteses con nosotros, entonces debemos ser corteses con ellas. No te gustaría que nadie te arrebatara algo de las manos, ¿verdad?. Entonces tu tampoco debes hacerlo. Debemos hacer con los demás lo que nos gustaría que hicieran con nosotros.
- ✘ Advertencias. ¡Cuidado! ¡No te subas ahí! ¿Quieres caerte?

⁴³ Programa de formación familiar. Guanajuato, México) Rezza Editores. 2003, Tomo 3. Pág. 40-44

- ✘ Comentarios de mártir, acusaciones sobre daños terribles que les causan a los padres. ¿Ven todas estas canas? Pues se las debo a ustedes. Me están enviando a la tumba.
- ✘ Comparaciones. ¿Por qué no puedes ser como tu hermano? El siempre termina sus deberes con anticipación.
- ✘ Sarcasmo. ¿Es la tarea que llevarás mañana a la escuela? Bien quizá tu maestro pueda leer chino; yo no.
- ✘ Profecía, advertencias sobre un futuro terrible que le espera al hijo. Sigue siendo un egoísta. Ya lo verás, nadie querrá jugar contigo. Así jamás tendrás amigos.

En vez de utilizar estas correcciones en forma destructivas, es preferible corregir a través de cinco habilidades, que crean respeto y al mismo tiempo fomenta un espíritu de comunicación y cooperación:

Describe. Describe lo que ve o describe el problema	
En vez de: No has sacado a pasear al perro en todo el día. No mereces tener un animal doméstico.	Describe: Veo a Bingo yendo de un lado a otro cerca de la puerta.
De información.	
En vez de: ¿Quién tomo la leche y dejo la botella afuera?	De información: Niños, la leche se agría cuando no está refrigerada.
Dígalo con una palabra.	
En vez de: ¡Mira nada más! Ya vas cruzando la puerta y otra vez te olvidas de tu almuerzo. Te olvidarías de tu cabeza si no la tuvieras pegada.	Dígalo con una palabra: Karen tu almuerzo

Hable de sus sentimientos	
En vez de: ¿Qué es lo que pasa contigo? ¡Siempre dejas la puerta abierta!	Hable de sus sentimientos: Me molesta que la puerta esté abierta. No quiero ver moscas cerca de la comida.
Escriba una nota	
En vez de: Con tus cabellos siempre tapas el desagüe del lavabo.	Escriba una nota, pegada en el lavabo: Los cabellos en el desagüe no permiten que corra el agua.

Es importante aclarar que estas sugerencias pueden no surgir efecto de inmediato, o que al aplicarlas no estén muy seguros, lo importante es ir aprendiendo y poco a poco ir manejando las emociones y poder de esta forma dirigir los esfuerzos hacia las conductas que por su importancia demandan atención inmediata.

Al comunicarse sincera y afectuosamente con los hijos se crean lazos que los unirán toda la vida. La comunicación entre padres e hijos, prepara a éstos a establecer relaciones armoniosas con sus amigos, sus familiares, etc., y, algún día, con su pareja y sus propios hijos.

3.4 RESUMEN

La comunicación familiar se caracteriza porque sus miembros se comprenden, se toleran, se respetan y se aceptan. La comunicación familiar tiene una doble finalidad: el encuentro con el otro y el encuentro con la verdad, donde el otro es un miembro del hogar.

La comunicación exige, además, cuatro elementos: un emisor, un receptor, un mensaje y un medio o vehículo de transmisión, que puede ser el lenguaje o los sentidos corporales como reflejo del pensamiento y del sentimiento y un contexto. La

comunicación presenta dos modalidades que se conocen como comunicación verbal y comunicación no verbal.

Las bases de la comunicación familiar son la aceptación del otro y de la verdad, la confianza el amor, el respeto a la libertad y la comprensión.

La comunicación en la pareja es un proceso necesario para unirse y para vivir un proyecto en común. Es un proceso dinámico de intercambio de acciones, pensamientos y sentimientos entre los cónyuges que tienden a compartir, proteger y reforzar algo valioso en la relación, aumentando así la calidad y la unidad de la misma durante el transcurso de la vida.

La comunicación en la pareja se caracteriza porque sus miembros se escuchan, se respetan, se toleran, se aceptan y se comprenden.

Los aspectos de la relación de pareja que se elaboran y comparten a través de la comunicación son tres: el dominio-poder, el afecto, la identidad y la validación.

La incomunicación puede surgir a causa de condiciones inadecuadas en el emisor, o cuando el mensaje es pobre en contenido, o cuando no se adecua al estado del receptor. Puede fallar también la comunicación por falta de condiciones en el receptor o por las interferencias producidas en el mismo proceso a causa de elementos extraños a la misma relación. La comunicación es un proceso. Por tanto cada vez que se emite un mensaje se está esperando una respuesta o estimular una comunicación futura.

Algunas de las características de la comunicación en parejas conflictivas son que predomina la negatividad, el enfrentamiento, recurren a medidas aversivas de control, es decir, se controlan recíprocamente a través del lenguaje negativo que puede ser la coerción, el castigo o respuestas emocionales negativas (críticas, insultos, amenazas, malos tratos, etc.). En comparación con las parejas que tienen una buena comunicación en donde predomina el manejo del tono emocional y afectivo, además utilizan

reforzamientos positivos (expresiones verbales de afecto, diversas atenciones, gratificaciones, etc.) y se controlan recíprocamente a través de un lenguaje basado en las gratificaciones.

La comunicación entre padres e hijos permite que los lazos emocionales se establezcan y se consoliden a lo largo de la convivencia, ya que comprende un intercambio afectivo de ideas, afecto, expresiones verbales y no verbales que facilitan acordar un significado para poder acercarse.

Para mejorar la calidad de la relación entre los padres con sus hijos, es importante que todos aprendan a comunicar claramente sus necesidades, sentimientos, ideas y opiniones, se interesen por buscar una respuesta comprensiva que muestre apoyo y ruitra emocionalmente. Es fundamental dar la oportunidad a cada miembro de la familia independientemente de su edad o sexo, de expresar sus deseos, sentimientos y necesidades.

Los padres demuestran a través de la escucha activa a sus hijos, el interés que tienen sobre las emociones que expresan, lo que ayuda a que ellos comprendan mejor si se sienten confusos, los estimula a encontrar sus propias soluciones a sus problemas y por lo tanto mejora la relación entre ellos. Los hijos aprenden que es normal tener emociones y que, al expresarlas de una manera no destructiva, pueden manejarlas más fácilmente.

La buena comunicación con los hijos no significa que no se corrijan los errores, pero es importante hacerlo de manera constructiva, comunicando con claridad el error o lo que nos molesta y, sobre todo, dar alternativas de solución.

Precisamente al corregir o guiar a los hijos es necesario establecer límites y reglas que permitan conforme van creciendo, que ellos mismos las adopten y se autorregulen, como veremos en el siguiente capítulo.

CAPITULO CUATRO

REGLAS Y LÍMITES EN LA FAMILIA

4.1 REGLAS EN LA FAMILIA

4.1.1 Establecimiento de reglas

4.2 LÍMITES EN LA FAMILIA

4.2.1 Establecimiento de límites

4.2.2 Consecuencias lógicas y naturales

4.3 RESUMEN

CAPITULO 4

REGLAS Y LÍMITES EN LA FAMILIA

En el capítulo anterior, revisamos que la comunicación es para que los integrantes de la familia convivan, al hacerlo es necesario que establezcan unos límites y reglas que permitan una convivencia armónica.

En este capítulo revisaremos como se establecen los límites en la familia, específicamente entre padres e hijos, debido a que son los padres los guías educativos de sus hijos y les corresponde enseñarles como comportarse adecuadamente y mostrarles hasta donde tiene libertad, de manera que poco a poco logren su autonomía y establezcan relaciones armónicas no solo dentro de la familia, sino también fuera de ésta.

4.1 REGLAS EN LA FAMILIA

La familia se desenvuelve en un contexto, dentro de él se establecen las reglas de la relación familiar posibilitando entre los integrantes determinadas disposiciones, propósitos y expectativas.¹ Las reglas familiares posibilitan la convivencia familiar; elaborándolas de acuerdo con los valores que la familia quiere vivir, con las necesidades de los integrantes de la familia y con la etapa de desarrollo en que se encuentren².

Las reglas de la familia son normas y costumbres que se desean conservar y que ayudan a lograr una mejor convivencia entre las personas que pertenecen a la familia. Cada familia tiene sus propias reglas, las cuales se establecen por medio de acuerdos entre los miembros que la forman hasta para las cosas más simples³.

¹ ABENGÓZAR, Ma. C., CERDÁ, C. y MELÉNDEZ, J.C. *Desarrollo familiar. Aspectos teóricos y prácticos*. Valencia, España: Promoción del Libro Universitario, 1999. Pág.12.

² *Programa de formación familiar*. Guanajuato, México: Rezza Editores, 2003, Tomo 2. Pág. 76.

³ GIVAUDAN, Martha y PICK, Susan. *Yo papá, yo mamá*. México: Planeta, 1995. Pág. 118-119.

Las reglas que se aprenden con mayor facilidad son las que se transmiten con firmeza y claridad y aseguran la convivencia y armonía dentro de la familia. Las reglas son importantes para la protección, seguridad y para la convivencia. Las reglas más difíciles de entender son las que no son claras y varían de persona a persona dentro de la misma familia⁴.

A través de las reglas familiares, de la formación de hábitos, de la repetición de actividades rutinarias y de la responsabilidad gradual que se les va dando a los hijos conforme crecen es como se establece la disciplina, necesaria para poder interactuar con las demás personas y con la sociedad.⁵

A la familia en sus etapas evolutivas, se le presentan continuos cambios de reglas y de roles, así como la necesidad de reestructurar las relaciones⁶. Al establecer las reglas familiares se han de respetar a cada uno de los miembros, variarlas en función de la edad y etapa de desarrollo de los hijos, o según las circunstancias familiares. Las normas dependerán de los valores, así como de las necesidades y circunstancias de cada familia en concreto⁷.

4.1.1 Establecimiento de reglas

En la familia como en cualquier organización, tiene que haber unas normas bien definidas que tracen los límites de la conducta aceptable. Para que realmente sean eficaces y justas, deben enunciarse con claridad, y ser aprobadas por todos los integrantes de la familia. Esto se logra a través de varios pasos⁸:

- Predecir lo que va a ocurrir
- Planear como afrontarlo.

**ESTA TESIS NO SALE
DE LA BIBLIOTECA**

⁴ GIVAUDAN, *Op cit.* Pág. 118-119.

⁵ PICK, Susan; GIVAUDAN, Martha y MARTÍNEZ, Ángela. *Aprendiendo a ser papá y mamá*. México: Planeta. Pág. 161

⁶ BELART, Ascensión y Ma. Ferrer. *El ciclo de la vida. Una visión sistémica de la familia*. Bilbao, España: Edit. Desclee De Brouwer, 1998. p. 200

⁷ GOOTMAN, Marilyn. *Guía para educar con disciplina y cariño*. Barcelona, España: Ediciones Medici, 1997. Pág. 54-55.

⁸ DAVIDSON, Alan y DAVIDSON, Robert. *Los secretos de los buenos padres. Como tener hijos equilibrados*. New York, USA: Medici, 1998. 301 p.

- Realizar pequeñas reuniones para discutir las reglas y las consecuencias de incumplirlas. En estas reuniones se darán a conocer los sentimientos e ideas. Así se logra una disciplina imparcial, estricta, que se fundamenta en el respeto y el intercambio y que ayudará a prevenir futuros problemas.
- Obtener la aprobación de todos. Las reglas deben establecerse tomando en cuenta las opiniones y necesidades de los miembros de la familia. Algunas veces será necesario negociar de manera que cada uno de los involucrados ceda en determinados aspectos y así lleguen a un acuerdo general, con el que estén todos conformes⁹.

Las reglas adquieren su máxima efectividad cuando son claras, concisas, sencillas y pocos numerosas, además siempre que no se cumplan las consecuencias están tan bien establecidas que no dejan margen a la discusión. Cuando se han establecido las normas y se ha obtenido la aprobación de todos es importante tomar en cuenta las siguientes recomendaciones¹⁰:

- Pocas reglas, son mejor que muchas
- Reglas sencillas son más fáciles de seguir, que reglas complicadas
- Deben quedar claras para todos, de manera que no quede lugar a pedir otra oportunidad,.
- A través de las reglas se enseña a responsabilizar a cada quien de sus actos.
- Al faltar a una regla se deben aplicar las consecuencias que se han estipulado sin dudar.
- Al corregir o aplicar las consecuencias, se deben realizar en silencio por medio de acciones, sin advertencias, amenazas, ni pleitos.

Las reglas tienen otra función esencial, además de fijar unos límites bien establecidos sobre la conducta que se desea en los hijos, también les muestra el espacio donde se pueden mover libremente y donde pueden experimentar y aprender, de no existir las normas se encontrarían sin unos límites claros y por tanto no sabrán hasta donde

⁹ PICK, *Op cit.* Pág. 165.

¹⁰ DAVIDSON, *Op Cit.* Pág. 100-103.

pueden llegar o moverse al no poder predecir las consecuencias de sus acciones. Es importante aclarar que las normas deben de ser flexibles y cambiantes conforme avanzan en edad los hijos, de lo contrario se volverían rígidas y autoritarias, de ahí que es necesario no olvidar discutir las normas, para verificar si todavía son válidas o necesitan una modificación.

Además cuando los hijos cumplen con las reglas y con sus responsabilidades obtienen resultados positivos que los estimulan a seguir realizándolas. Esto se debe a través de la experimentación de sus acciones, si obtienen resultados positivos contribuyen a que la satisfacción de haber realizado un esfuerzo sea un sentimiento interno que les dará seguridad y consolidará su autoestima. De esta forma se enseña a los hijos a actuar no por darle gusto a los demás, o por el interés de conseguir un premio, sino por iniciativa propia. Lo que contribuye a desarrollar en ellos un criterio propio sobre lo que quieren y pueden o deben hacer¹¹.

4.2 LÍMITES EN LA FAMILIA

En la familia hay unos límites o fronteras internos o externos¹², los límites internos se refieren a tener bien claro el orden jerárquico de cada uno de los integrantes de la familia, esto permite determinar las reglas y responsabilidades, pero además también implica la ayuda, protección y cuidado a los demás integrantes. Los límites externos se refieren a que la familia conserva su propia identidad con respecto al exterior, es decir, a la sociedad, sabe quien es parte de la familia y quien no.

Una vez establecidas las reglas familiares y siendo del conocimiento de todos los miembros de la familia, es posible establecer límites, manifestando hasta donde se tolera cierta conducta y en qué momento se considera que es inadecuada porque rompe con las reglas establecidas. Al establecer los límites y dar a conocer las reglas, es importante brindar otras alternativas a los hijos, no solo transmitiéndoles lo que no pueden hacer, sino también mencionar lo que pueden hacer. Así pueden elegir otras

¹¹ PICK, *Op cit*. Pág. 43

¹² ABENGÓZAR, *Op Cit*. Pág. 7.

alternativas, en lugar de realizar la actividad que no esta permitida dentro de las reglas¹³.

Las palabras que se eligen para que los hijos comprendan lo que se quiere y para que conozcan que no han cumplido las expectativas, tienen un gran impacto en su comportamiento. Las palabras pueden estimular o no una conducta apropiada, pueden lograr su cooperación o incitarlos a rebelarse¹⁴.

4.2.1 Establecimiento de límites

La mejor manera de establecer límites¹⁵ en los hijos es:

- Comunicándoles las consecuencias que tendrá una conducta inadecuada: “si juegas con la pelota en la sala tendré que quitártela”
- Ofreciéndoles conductas alternativas adecuadas: “que te parece si juegas en el jardín”
- Permitiendo que experimentan las consecuencias de su conducta: el niño sigue jugando en la sala, se le quita la pelota, sin gritar o amenazar y se le explica que es una consecuencia que el eligió.
- Tratar que las consecuencias que se sugieran estén relacionadas con la conducta y se puedan cumplir.

Al ponerles limites a los hijos, los padres les ayudan a moldear su conducta de manera que se les facilite adaptarse a las reglas establecidas. Asimismo les dan herramientas para entender que es lo que se permite y lo que no se permite y cuales son las consecuencias de su comportamiento¹⁶.

¹³ PICK, *Op cit.* Pág. 165.

¹⁴ GOOTMAN, *Op cit.* Pág. 137.

¹⁵ GIVAUDAN, *Op cit.* Pág. 124.

¹⁶ GIVAUDAN, *Op cit.* Pág. 125.

En ocasiones los hijos se sienten muy tentados a pasar de los límites establecidos¹⁷, esto puede deberse a diversos motivos pero siempre es importante tener en cuenta:

- Rechazar una disciplina excesiva o innecesaria. Por ejemplo: un niño rompió un vidrio de una ventana, puede trabajar poco a poco hasta pagarlo, en vez de castigarlo sin salir a jugar por dos semanas. Con el primero aprende a responsabilizarse de sus acciones y con el segundo aprende a guardar rencor o a rebelarse contra sus padres, pues jugar es una necesidad para él.
- Adoptar las medidas adecuadas a la conducta realizada, que estén plenamente justificadas y que se puedan aplicar. Por ejemplo: si se le cae el vaso de leche, lo adecuado sería que limpiara y se le enseña además que el vaso se cae cuando se deja cerca de la orilla de la mesa, en vez de regañarlo y decirle que no sabe hacer bien las cosas.
- Asignar a las medidas un principio y un final concretos y precisar enseguida la duración exacta del periodo restrictivo. Por ejemplo: si no deja los trastes sucios en su lugar, se puede señalar que después de realizar su tarea, guarde los trastes limpios en su lugar durante una semana.
- Asegurarse de que las medidas llevan una lección. Por ejemplo: el niño que tiro la leche aprendió que para que no se caiga su vaso debe ponerlo al centro de la mesa o enfrente de él, y si se vuelve a caer, sabe que tendrá que limpiar, de esta manera el mismo se hará responsable de su acción.
- Cumplir las acciones previstas. De esta forma sus hijos sabrán siempre que toda acción lleva una consecuencia y se hará responsable de lo que realice.

4.2.2 Consecuencias lógicas y naturales

Al establecer las consecuencias de las reglas establecidas, deben estar relacionadas directamente con las faltas, una consecuencia es el resultado bueno o malo de la

¹⁷ DAVIDSON, *Op Cit.* Pág. 106-109.

conducta de los hijos. Unas veces las consecuencias requieren intervención, mientras que otras se solucionan por su propia naturaleza¹⁸.

Las consecuencias naturales son el resultado de comportamiento de los hijos que no requiere intervención por parte de los padres, es decir, son aquellas que resultan directamente de violar una ley de la naturaleza, de la sociedad, o de la escuela, etc. ejemplo: faltar un día a la escuela por irse de pinta puede repercutir en las calificaciones al final del mes pues no se cumplió con lo de ese día¹⁹.

Las consecuencias lógicas, son el resultado de la conducta de los hijos seleccionadas a propósito y que implica la intervención de los padres, por ejemplo, si el niño tira el vaso de leche, se le enseña que tiene que limpiar su lugar²⁰.

Por eso es importante que desde pequeños, los hijos aprendan las consecuencias de sus acciones y ellos mismos poco a poco se vayan autorregulando, pues al saber responsabilizarse de ellas y conociendo las consecuencias lógicas o naturales de sus actos, podrán saber como es debido proceder.

A los padres les corresponde enseñar las consecuencias lógicas de los actos, las cuales deben corresponder a las acciones que han realizado los hijos, algunas condiciones para aplicar las consecuencias lógicas²¹:

- Las consecuencias deben ser aplicadas en un ambiente de respeto y afecto entre padres e hijos.
- Es importante que al aplicar las consecuencias, el o los padres estén de acuerdo y se respeten las decisiones.
- La consecuencia a aplicar, debe relacionarse con lo que se hizo.
- La serenidad es importante a la hora de aplicar las consecuencias.

¹⁸ REICHLIM, Gail y WINKLER, Caroline. *Manual para padres*. Barcelona, España: Ediciones Oniro. Pág. 23

¹⁹ DAVIDSON, *Op Cit.* Pág. 113-116.

²⁰ REICHLIM, *Op Cit.* Pág. 24

²¹ REICHLIM, *Op Cit.* Pág. 24-28, 81-90 y 138-143.

- Al aplicarlas hay que hablar poco y claro de manera que no quede duda de lo que se quiere que realicen los hijos.
- Al aplicar las consecuencias se puede dejar a los hijos que ellos mismos decidan que es lo que prefieren. Por ejemplo: Como llegaste tarde otra vez, puedes elegir entre llegar una hora más tarde a tu reunión o irte una hora más temprano, de manera que ayudes también a las labores de la casa o faltar un día a tu reunión y en ese día contribuir a lo que se realiza en casa.
- Al fijar los límites se debe permitir a los hijos decidir que van a hacer, si los va a respetar o van a asumir las consecuencias de no hacerlo.
- Al infringir una regla hay que ser firmes en el cumplimiento de la consecuencia.
- Explicar las razones de porque las consecuencias tienen relación con lo que ellos hicieron. Además explicarle en que forma afecta a otras personas.
- Es importante propiciar un acuerdo entre las personas que afectó, en donde se establezca como se va a remediar la conducta realizada.
- Al aplicar consecuencias lógicas hay que ser constantes y congruentes.
- Además aplicarlas cuando acaba de suceder el hecho, procurando que los hijos aprendan de sus acciones.

Es importante aclarar que la aplicación de consecuencias naturales y lógicas, o cualquier otro recurso que ayude en la educación de los miembros de la familia, dará resultados solo si se ha establecido una relación de respeto y afecto entre ellos.

En resumen los límites y las reglas tienen la función de preservar la seguridad de los integrantes de la familia, en especial de los hijos y de evitar que su conducta afecte de manera negativa a los demás. Los límites les dan confianza para actuar y para relacionarse socialmente, ya que les permite conocer lo que los demás aceptan y lo que no.

4.3 RESUMEN

Las reglas de la familia son normas y costumbres que se desean conservar y que ayudan a lograr una mejor convivencia entre las personas que pertenecen a la familia. Cada familia tiene sus propias reglas, las cuales se establecen por medio de acuerdos entre los miembros que la forman hasta para las cosas más simples.

Las reglas tienen otra función esencial, además de fijar unos límites bien establecidos sobre la conducta que se desea en los hijos, también les muestra el espacio donde se pueden mover libremente y donde pueden experimentar y aprender, de no existir las normas se encontrarían sin unos límites claros y por tanto no sabrán hasta donde pueden llegar o moverse al no poder predecir las consecuencias de sus acciones. Es importante aclarar que las normas deben de ser flexibles y cambiantes conforme avanzan en edad los hijos, de lo contrario se volverían rígidas y autoritarias, de ahí que es necesario no olvidar discutir las normas, para verificar si todavía son válidas o necesitan una modificación.

Además cuando los hijos cumplen con las reglas y con sus responsabilidades obtienen resultados positivos que los estimulan a seguir realizándolas. Ya que a través de la experimentación de sus acciones, si los resultados que obtienen son positivos contribuyen a que la satisfacción de haber realizado un esfuerzo sea un sentimiento interno que les dará seguridad y consolidará su autoestima. De esta forma se enseña a los hijos a actuar no por darle gusto a los demás, o por el interés de conseguir un premio, sino por iniciativa propia. Lo que contribuye a desarrollar en ellos un criterio propio sobre lo que quieren y pueden o deben hacer.

Una vez establecidas las reglas familiares y siendo del conocimiento de todos los miembros de la familia, es posible establecer límites, manifestando hasta donde se tolera cierta conducta y en qué momento se considera que es inadecuada porque rompe con las reglas establecidas. Al establecer los límites y dar a conocer las reglas,

es importante brindar otras alternativas a los hijos, no solo transmitiéndoles lo que no pueden hacer, sino también mencionar lo que pueden hacer. Así pueden elegir otras alternativas, en lugar de realizar la actividad que no esta permitida dentro de las reglas.

En resumen los límites y las reglas tienen la función de preservar la seguridad de los integrantes de la familia, en especial de los hijos y de evitar que su conducta afecte de manera negativa a los demás. Los límites les dan confianza para actuar y para relacionarse socialmente, ya que les permite conocer lo que los demás aceptan y lo que no.

CAPITULO CINCO

PROPUESTA PEDAGÓGICA DE UN TALLER PARA PADRES: DESARROLLO Y COMUNICACIÓN EN LA FAMILIA

CAPITULO CINCO

PROPUESTA PEDAGÓGICA DE UN TALLER PARA PADRES: DESARROLLO Y COMUNICACIÓN EN LA FAMILIA

La idea de elaborar una propuesta pedagógica de un taller para padres, surge por la importancia que tiene la familia, pues es esta la unidad del crecimiento y la experiencia, de la realización y del fracaso; es también la unidad de la salud y la enfermedad; esto se refiere a que las principales funciones de la familia son las de cuidar, alimentar, proteger, enseñar valores y pautas de conducta que permita a los hijos y a cada uno de sus miembros crecer, desarrollarse y ser parte de la sociedad, sin embargo si se presenta alguna situación que obstaculice y no permita que cumpla con cualquiera de sus funciones, pueden surgir problemas o conflictos que bloqueen el desarrollo de la familia, lo que la llevaría a un mal funcionamiento, y se encontraría limitada para solucionar problemas y tomar decisiones; esto se vería reflejado en cada uno de sus integrantes, a través de diversas manifestaciones que pueden llevarla desde problemas emocionales hasta una separación definitiva, por ejemplo el divorcio en México que aumenta año con año a nivel nacional, pero también se observan casos de violencia intrafamiliar, integrantes con alcoholismo o drogadicción, y en los hijos se puede ver reflejado en problemas de conducta, deserción y reprobación escolar, problemas de aprendizaje, entre otros.

A pesar de que las causas que originan todos y cada uno de estos problemas pueden ser variadas, las diversas investigaciones concuerdan que el ambiente familiar, la comunicación, las relaciones socio-afectivas que se presentan en la familia son determinantes no solo para resolver los problemas, sino también para prevenirlos.

La propuesta pedagógica del taller para padres, ambiciona ser un modelo preventivo, es decir, actuar antes de que se presente algún problema, no después, combatiendo sus causas y orígenes, no sus efectos o consecuencias; tratando de responder ante las necesidades familiares, ya que pretende dar una visión general no solo del crecimiento de los hijos, sino de las etapas de la familia (el noviazgo, la vida en común, cuando llegan los hijos, la etapa escolar, la emancipación de los hijos, la jubilación y la vejez), de las formas de comunicación que pueden utilizar, de cómo establecer límites y reglas dentro de la familia, sin que sean estrictas o autoritarias y que les permita además de prevenir futuras crisis o conflictos, también reflexionar sobre las relaciones que han establecido con los demás integrantes, y obtener herramientas y actitudes que les permitan seguir creciendo y desarrollarse no sólo como individuos sino también como familia.

Este taller además está elaborado para que la persona que lo imparta sea un Pedagogo o Pedagoga debido a que su formación académica lo habilita para desempeñarse no solo como guía del taller, sino respondiendo a la necesidad de una formación sistematizada y planificada de los padres y los hijos para prevenir la aparición de problemas; proporcionando los medios a la familia para la realización de su misión educativa como grupo primario; ilustrando los procesos de desarrollo que la familia ha de conseguir para dar apoyo a sus miembros. El pedagogo debe de tomar en cuenta que cada familia es única y que las reglas, límites y las relaciones existentes dentro de ella, son diferentes, por lo que su actitud será de respeto en todo momento, sin imponer un tipo único de familia o de relaciones familiares siendo los mismos padres los que decidan las acciones pertinentes que deban tomar.

OBJETIVO GENERAL

- Los padres aprenderán y reflexionaran acerca de cómo se efectúa el desarrollo y comunicación dentro de su familia.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS DEL TALLER

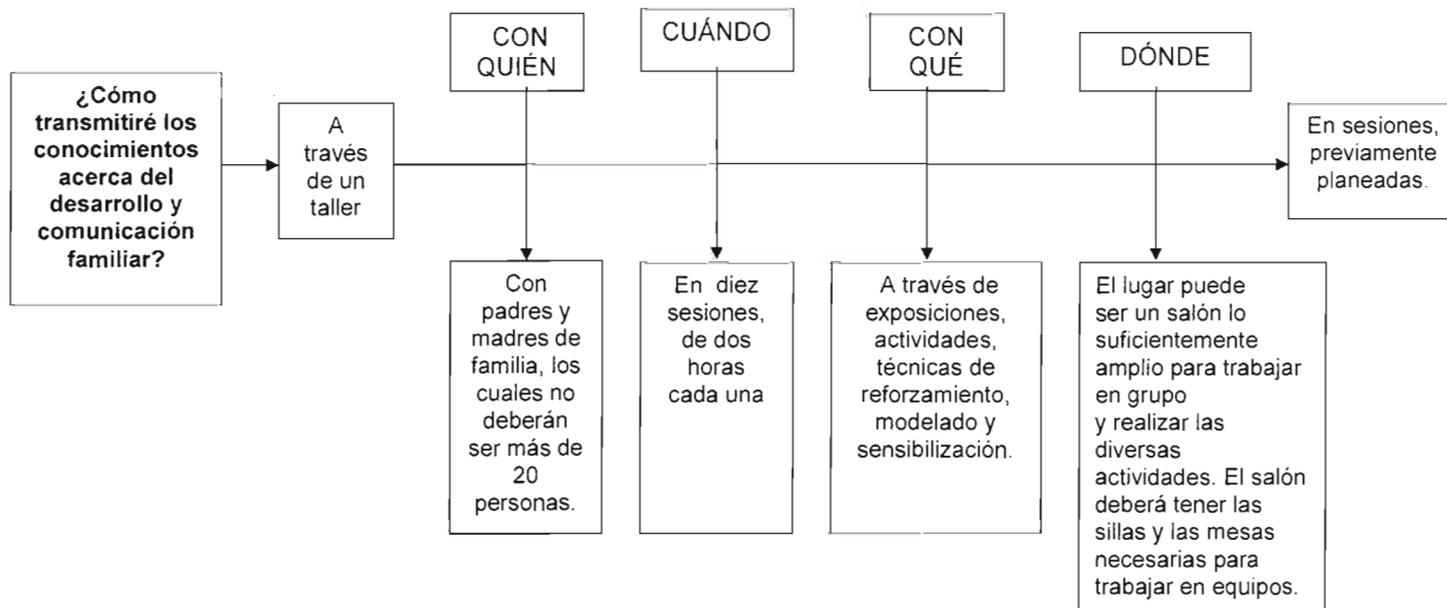
De esta manera el taller ofrece a los padres:

- Les proporciona herramientas y promueve actitudes positivas para mejorar su comunicación y desarrollo optimo dentro de su familia.
- Satisfacer las necesidades de los padres que están preocupados por la relación con sus hijos y su educación y quisieran conocer mejor la forma de guiarlos o educarlos.
- La adquisición de una correcta comprensión del proceso educativo, para que conozcan, reflexionen y amplien su visión, respondiendo mejor a su función educadora y por tanto el sistema familiar siga creciendo.
- Conozcan las habilidades de comunicación más efectivas para una transmisión clara y asertiva entre cada uno de los miembros del sistema familiar.
- Hacer conciencia de diversas situaciones de conflicto que pasan inadvertidas o no se ha tomado conciencia de ellas y que afectan el desarrollo del sistema familiar.
- Se preparen mejor para enfrentar posibles crisis o conflictos dentro de la familia.

METODOLOGÍA

La metodología guarda relación con el objetivo general del taller, con el contenido a tratar y con la manera de seleccionarlo, definirlo y secuenciarlo de modo adecuado para que se logren los objetivos particulares de cada sesión, y con el logro de éstos la obtención del objetivo general, que es: Los padres aprenderán y reflexionaran acerca de cómo se efectúa el desarrollo y comunicación dentro de su familia.

En la metodología hay preguntas básicas que se contestan y sobre esta base se hacen los procedimientos, las preguntas a contestar se escriben en el siguiente cuadro.



La orientación de este taller surge de la corriente constructivista al incentivar en los padres actitudes prácticas y proporcionarles herramientas que les brinden un apoyo en el desarrollo óptimo de su entorno familiar, ayudándolos a incrementar sus conocimientos con propuestas que respondan a las necesidades de su espacio y tiempo. En este proceso es importante que los padres asocien la información que poseen con los contenidos del taller, para que así, el conocimiento sea considerado como propio y pueda utilizarlo en otras situaciones. De esta manera se le proporciona a los padres una herramienta para su labor educativa y formativa.

Los contenidos del taller se estructuran en 4 temas principales:

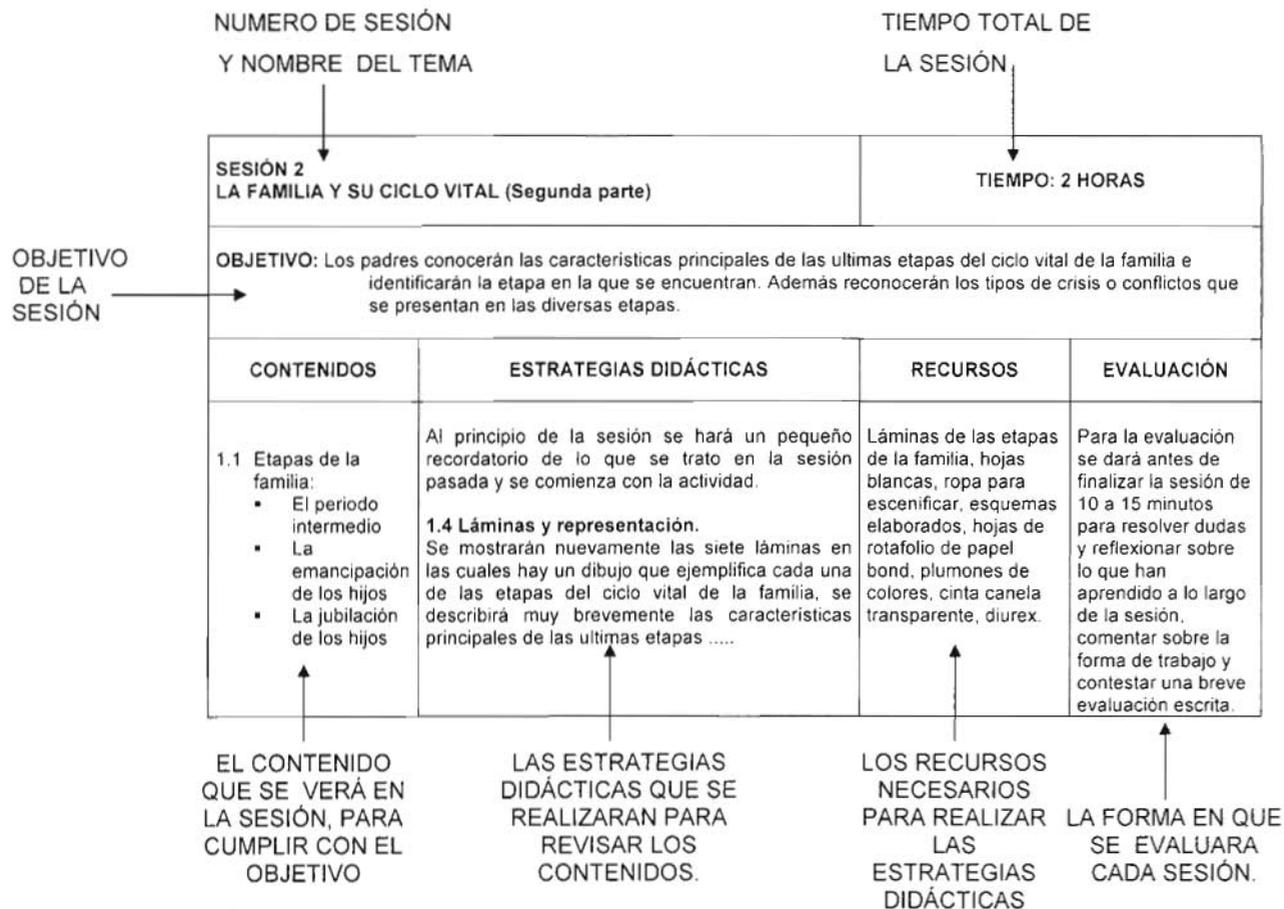
- La familia y su ciclo vital
- La educación familiar y los estilos educativos
- La comunicación en la familia
- Reglas y límites en la familia

Éstos a su vez se dividen en diversos subtemas, que serán vistos a lo largo de diez sesiones:

- Sesión 1: LA FAMILIA Y SU CICLO VITAL (Primera parte)
- Sesión 2: LA FAMILIA Y SU CICLO VITAL (Segunda parte)
- Sesión 3: LA EDUCACIÓN FAMILIAR Y LOS ESTILOS EDUCATIVOS (Primera parte)
- Sesión 4: LA EDUCACIÓN FAMILIAR Y LOS ESTILOS EDUCATIVOS (Segunda parte)
- Sesión 5: LA COMUNICACIÓN EN LA FAMILIA Y LA COMUNICACIÓN EN PAREJA
- Sesión 6: LA COMUNICACIÓN EN PAREJA
- Sesión 7: LA COMUNICACIÓN ENTRE PADRES E HIJOS (Primera parte)
- Sesión 8: LA COMUNICACIÓN ENTRE PADRES E HIJOS (Segunda parte)
- Sesión 9: REGLAS EN LA FAMILIA
- Sesión 10: LÍMITES EN LA FAMILIA

En algunas de las sesiones se utilizan láminas con dibujos que se proporcionaron en la parte de los anexos. En cuanto al contenido, como a los esquemas son los que se encuentran en cada uno de los capítulos de este trabajo.

Cada una de estas sesiones se presenta para su realización a través de una carta descriptiva la cual contiene los siguientes elementos:



EVALUACIÓN

La evaluación es un proceso sistemático y continuo mediante el cual se determina el grado en que se están logrando los objetivos. La función primordial que desempeña es la de retroalimentar el proceso de enseñanza-aprendizaje a través de los reajustes y adecuaciones que propicia el análisis de los resultados.

Ya que la evaluación es una parte integral del proceso de enseñanza-aprendizaje es necesario distinguir los siguientes puntos, para que se lleve a cabo satisfactoriamente.

1. Tener como base los objetivos propuestos. Se trata de evaluar exactamente lo que piden los objetivos.
2. Ser sistemática. Realizada con orden y secuencia planeados con anterioridad.
3. Ser permanente. Estar presente en todos los momentos del proceso de enseñanza-aprendizaje como indicadora de lo que se ha logrado y de lo que falta por lograr.

Para lograr esto en cada sesión se hará una evaluación diagnóstica al principio de ella y al final se realizará una evaluación sumativa, para que la final de todas las sesiones podamos realizar una evaluación formativa. Entendiendo por cada una de ellas lo que a continuación describo:

✍ Evaluación Diagnóstica: aquí la persona que guía el taller comenzará por indagar cuales son las inquietudes y conocimientos que los padres que asisten al taller tienen sobre los diversos temas, para adecuar la forma en que

abordara los contenidos, si profundiza más en ellos para relacionarlo con sus conocimientos o si prosigue como tiene planeado.

- ✓ Evaluación Sumativa: Esta se emplea para comprobar en que medida los padres han adquirido los conocimientos esperados y las actitudes correspondientes, la información orienta la decisión de pasar al siguiente tema o continuar con el tema visto más ampliamente y de otra forma.

- ✓ Evaluación formativa: en ella se ve, que tanto se han vinculado los nuevos conocimientos con su vida real , y que tanto han aprendido del taller.

Así la evaluación no es vista para otorgar una calificación, sino para determinar en que medida se logran los objetivos, ya que es una actividad sistemática y continua que esta inserta en el proceso educativo y que tiene por objeto proporcionar la máxima información para mejorar dicho proceso, reajustando sus objetivos, revisando críticamente el taller, métodos y recursos para facilitar la máxima ayuda y orientación a los padres.

La evaluación de cada sesión escrita se realizara a través de un cuestionario, el cual podra ser respondido de forma breve y concisa y contendrá las siguientes preguntas:

1. ¿Qué aprendiste el día de hoy?
2. ¿Qué pondrías en práctica?
3. ¿Qué te gustaría que se tratara acerca de este tema?
4. ¿Fueron aclaradas todas tus dudas?
5. ¿Qué recomendarías para mejorar la sesión?

La evaluación final se realizara a través de un cuestionario que contenga las siguientes preguntas:

1. ¿Fueron apropiados los temas que se vieron a lo largo del taller? Conteste sí o no y explique por que
2. ¿Las explicaciones fueron claras? Conteste sí o no y explique por que
3. ¿El material utilizado fue apropiado? Conteste sí o no y explique por que
4. ¿Los temas respondieron a sus expectativas? Conteste sí o no y explique por que
5. ¿Que tema le llamo más la atención y cual le llamo menos la atención y por qué?
6. ¿Pudo poner en práctica lo que aprendió en el taller? Conteste sí o no y explique por que.
7. ¿Fueron resueltas todas sus dudas?
8. ¿Qué otros temas le gustaría ver?
9. ¿Cuáles fueron las fallas y aciertos de la persona que impartió el taller?
10. Comentarios sobre el taller.

Estas evaluaciones escritas serán complementadas con los comentarios que aporten los padres al final de cada una de las sesiones o durante la conclusión de cada una de las actividades realizadas.

SESIÓN 1
LA FAMILIA Y SU CICLO VITAL (Primera parte)

TIEMPO: 2 HORAS

OBJETIVO: Los padres conocerán las características principales de las primeras etapas del ciclo vital de la familia e identificarán la etapa en la que se encuentran.

CONTENIDOS	ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS	RECURSOS	EVALUACIÓN
<p>1.2 Presentación del taller y de los integrantes del grupo.</p>	<p>1.1 Presentación En la presentación el que guía el taller comienza por dar su nombre y después menciona que es importante que cada uno se presente, por lo que comenzará por dividir al grupo de padres en pequeños equipos, según el número de personas, por ejemplo: pueden ser cinco equipos de cuatro personas cada uno. Una vez dividido el grupo, se procederá a dar las instrucciones, cada uno de los padres en una pequeña tarjeta anotara su nombre y se la pegara en un lugar visible en donde todos la puedan ver. Se les proporcionara una hoja en blanco en donde se les pedirá que en ella anoten su nombre, lo que les motivo a tomar el taller y alguna nota importante que consideren necesaria para el o la que dirige el taller lo tome en cuenta. Cuando hayan terminado se pasan inmediatamente las hojas al que dirige. Y se mencionan las siguientes instrucciones: en equipo se presentaran cada uno de los padres con los demás integrantes de su equipo y dirán su nombre y que fue lo que les motivo a tomar el taller, y uno de los padres cuando hayan terminado será el encargado de dar a conocer a los demás miembros de su equipo y mencionará las expectativas generales de su grupo. Una vez que se hayan presentado el o la que guía el taller se presentará más ampliamente y mencionara cuales son los contenidos principales del taller y hasta que grado pueden ser cumplidas las expectativas de los padres, comentara que se profundizara en los temas en los que tengan mayor interés, siempre y cuando se respeten los tiempos de las sesiones, para la cual pedirá puntualidad y constancia.</p>	<p>Fichas bibliográficas blancas, plumones de colores, plumas, lápices, diurex, seguros, hojas blancas.</p>	<p>Para la evaluación se dará antes de finalizar la sesión de 10 a 15 minutos para resolver dudas y reflexionar sobre lo que han aprendido a lo largo de la sesión, comentar sobre la forma de trabajo y contestar una breve evaluación escrita.</p>

<p>1.3 Concepto de familia y tipos de familias.</p>	<p>1.2 Dibujos familiares. A continuación se le proporcionara a los padres una hoja en blanco y cada padre individualmente dibujaran a su familia y a su familia de origen, para lo cual se explicara que se trata cada concepto y se dividirán en equipos y presentaran a su familia a los miembros de su equipo, al terminar el que guía explicara que todos somos parte de una familia la cual influye no solo en nuestro desarrollo, sino también en la construcción de nuestra propia familia. Que cada familia es única y diferente y no por ello menos valiosa, lo importante son las relaciones y el cariño que se da dentro de ella.</p>	<p>Hojas blancas plumones de colores, plumas, lápices, diurex, seguros.</p>	
<p>1.4 Etapas de la familia:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Noviazgo ▪ Vida en común ▪ Los hijos ▪ Etapa escolar 	<p>1.3 Láminas y representación. A partir de aquí, se comienza con una breve explicación en la cual se menciona que los seres humanos tenemos un ciclo de desarrollo y que como familia también tenemos uno. Se mostrarán siete láminas en las cuales habrá un dibujo que ejemplifique cada una de las etapas del ciclo vital de la familia, se describirá muy brevemente las características principales de cada una de ellas, mencionara que esta actividad estará dividida en dos partes: la primera parte la realizaran en esta sesión y la segunda parte se realizara en la siguiente, después pedirá a los padres que se dividan en 4 equipos y que por equipo actúen un determinado momento de cada etapa, para realizar esto, la persona que guía explicara que periodo específico actuaran de las cuatro primeras etapas (el noviazgo, vida en común, los hijos, etapa escolar) y les dará de 10 a 15 minutos para ponerse de acuerdo en los equipos. Después hará que cada equipo pase y realice la escenificación enfrente de todos. Posteriormente hará preguntas a los padres sobre que es lo que han observado de diferente, o que les llamo la atención en cada etapa y a través de sus respuestas, la persona que guía explicara las características más importantes de estas etapas, para lo cual utilizara pequeños esquemas que habrá realizado con anterioridad.</p>	<p>Láminas de las etapas de la familia, hojas blancas, ropa para escenificar, esquemas elaborados, hojas de rotafolio de papel bond, plumones de colores, cinta canela transparente, diurex.</p>	

SESIÓN 2
LA FAMILIA Y SU CICLO VITAL (Segunda parte)

TIEMPO: 2 HORAS

OBJETIVO: Los padres conocerán las características principales de las últimas etapas del ciclo vital de la familia e identificarán la etapa en la que se encuentran. Además reconocerán los tipos de crisis o conflictos que se presentan en las diversas etapas.

CONTENIDOS	ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS	RECURSOS	EVALUACIÓN
<p>1.5 Etapas de la familia:</p> <ul style="list-style-type: none"> • El periodo intermedio • La emancipación de los hijos • La jubilación de los hijos 	<p>Al principio de la sesión se hará un pequeño recordatorio de lo que se trato en la sesión pasada y se comienza con la actividad.</p> <p>1.4 Láminas y representación. Se mostrarán nuevamente las siete láminas en las cuales hay un dibujo que ejemplifica cada una de las etapas del ciclo vital de la familia, se describirá muy brevemente las características principales de las últimas etapas (el periodo intermedio, la emancipación de los hijos, la jubilación y la vejez) y después se pedirá a los padres que se dividan en 4 equipos y que por equipo actúen un determinado momento de cada etapa, para realizar esto, a cada equipos se le explicara que momento específico actuaran de las últimas cuatro etapas y se les dará de 10 a 15 minutos para ponerse de acuerdo en los equipos. Después hará que cada equipo pase y realice la escenificación enfrente de todos. Posteriormente se harán preguntas a los padres sobre que es lo que han observado de diferente, o que les llamo la atención en cada etapa y a través de sus respuestas se explicara las características más importantes de éstas etapas para lo cual se utilizaran pequeños esquemas que se habrán realizado con anterioridad y se finaliza explicando en que cada etapa del ciclo vital de la familia pasamos por diferentes crisis o conflictos, pero que al superarlas empezamos a vivir otra nueva etapa, en la que enfrentaremos nuevas inquietudes y que nos ayudara a desarrollarnos no solo como individuos sino como integrantes de una familia.</p>	<p>Láminas de las etapas de la familia, hojas blancas, ropa para escenificar, esquemas elaborados, hojas de rotafolio de papel bond, plumones de colores, cinta canela transparente, diurex.</p>	<p>Para la evaluación se dará antes de finalizar la sesión de 10 a 15 minutos para resolver dudas y reflexionar sobre lo que han aprendido a lo largo de la sesión, comentar sobre la forma de trabajo y contestar una breve evaluación escrita.</p>

<p>1.5 Tipos de conflictos:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ crisis de evolución o del ciclo vital ▪ crisis externas ▪ crisis estructurales ▪ crisis de atención 	<p>1.5 Listas en grupo</p> <p>Una vez explicado esto se menciona que se verán las principales tipos de conflictos que enfrenta la familia, para esto se pondrán a los padres en círculo y en medio de ellos se pondrá un paquete de hojas en blanco, se les proporcionara a cada uno de ellos un plumón y se les pedirá que escriban todo lo que ellos considerarían una crisis dentro de su familia, podrán escribir un problema por hoja y se darán cuatro ejemplos uno de cada tipo de crisis o conflictos sin explicarlo explícitamente, se les da el tiempo suficiente para escribir y una vez que hayan terminado se pegan cuatro letreros con el tipo de conflictos o crisis que se pueden presentar (crisis de evolución o del ciclo vital, crisis externas, crisis estructurales, crisis de atención), se explica en que consiste cada uno de ellos brevemente y se pide que peguen las hojas abajo del letrero que ellos consideren. Cuando hayan terminado se revisan las listas y se van aclarando las dudas. Se concluye explicando que aunque las crisis o conflictos son problemas que se presentan en todas las familias y aparentemente no permiten que siga desarrollándose normalmente, la manera en que resuelven las situaciones permite que siga creciendo el sistema familiar, ya que aprenden de ello y fortalece la unión de la familia, al contrario que si evaden o no resuelven la crisis que se presenta se crea una barrera que no permite que continúen hacia la siguiente etapa y que incluso puede llevar a una separación del sistema familiar.</p>	<p>Hojas blancas, plumones de colores, diurex, los cuatro letreros con el título correspondiente a los tipos de crisis o conflictos.</p>	
<p>1.6 Obstáculos que impiden continuar a las siguientes etapas:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ en la comunicación ▪ en la intimidad ▪ en los roles ▪ en las reglas ▪ en los objetivos ▪ en la historia de la familia 	<p>1.6 Exposición</p> <p>Para terminar a través de un esquema se explican los obstáculos más comunes que suelen aparecer y ser reconocidos conscientemente o no por los integrantes de la familia y que son favorecedores de crisis o conflictos no resueltos a lo largo de cada una las etapas.</p> <p>Se concluye que todos estos obstáculos que se dan en cada uno de estos ámbitos, pueden realizarse de manera inconsciente, lo importante es tomar conciencia de cada una de estas situaciones y comenzar a modificarlas.</p>	<p>Hojas de papel bond tamaño rotafolio, plumones de colores, esquema elaborados.</p>	

SESIÓN 3
LA EDUCACIÓN FAMILIAR Y LOS ESTILOS EDUCATIVOS (Primera parte)

TIEMPO: 2 HORAS

OBJETIVO: Los padres identificarán los distintos ámbitos educativos y sus influencia. Conocerán las características principales de la educación familiar. Aprenderán en que consisten su estilo educativo y los factores que intervienen para crearlo.

CONTENIDOS	ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS	RECURSOS	EVALUACIÓN
<p>3.1 Ámbitos educativos</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ la familia ▪ la escuela ▪ el entorno <p>3.2 Características de la educación familiar.</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Es fundamental ▪ Es informal ▪ Es soberana ▪ Es permanente ▪ Esta sociológicamente 	<p>Al principio de la sesión se hará un pequeño recordatorio de lo que se trato en la sesión pasada y se comienza con la actividad.</p> <p>3.1 Haciendo listas Se pondrán tres laminas con dibujos que representen los ámbitos educativos y debajo de ellas un papel en blanco, se les da una breve explicación de lo que significan y se les pedirá a los padres que se dividan en tres equipos y que por equipo que escriban debajo de cada dibujo en el papel una lista de las cosas que hayan aprendido en cada uno de los ámbitos educativos y al terminar se les dice que lo que se aprendió en el primer ámbito educativo, o sea la familia, fue la base para que pudieran desarrollarse en los otros dos ámbitos y que en conjunto de los tres ámbitos es lo que los forma como individuos y como familia a cada uno de ellos.</p> <p>3.2 Construcciones familiares. Para comenzar se menciona que la educación que se da en la familia es importante, y se propone la siguiente actividad. Se plantea a los padres que se dividirán en grupos de tres, donde uno será la mamá, otro el papá, y otro el hijo o la hija, y que se den nuevos nombres, el ejercicio será que cada familia tendrá que construir una pirámide o torre lo más alta posible, y quien realice la torre más alta será la ganadora, la única condición será que el que realice el papel de hijo o hija será el único miembro de la familia que puede tocar los cubos y sólo lo hará con su</p>	<p>Tres laminas de los ámbitos educativos, papel bond, plumones, diurex.</p> <p>35 cubos y una venda por cada equipo, lista con características de la educación familiar.</p>	<p>Para la evaluación se dará antes de finalizar la sesión de 10 a 15 minutos para resolver dudas y reflexionar sobre lo que han aprendido a lo largo de la sesión, comentar sobre la forma de trabajo y contestar una breve evaluación escrita.</p>

<p>condicionada</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Exige realismo y sentido común ▪ Tiene ámbitos propios 	<p>mano no diestra, pero además se le vendarán los ojos, los demás miembros de la familia sólo le ayudarán con sus indicaciones, sin poder tocar los cubos. Terminada cada una de las pirámides o torres, se les pedirá a cada una de las familias que expliquen que fue lo que sintieron cada uno de los integrantes de ellas y se les pregunta a los padres que tuvieron el papel de hijos, como se sintieron al recibir las indicaciones y si éstas les sirvieron o no, para construir la torre. Una vez terminado esto se les muestra una lista donde aparecen las características de la educación familiar y se les da una exposición explicando cada una de ellas. Se concluye diciendo que cada uno de estos aspectos que se han visto, los va creando cada familia según sus propias características, esto lo pueden ver con el ejemplo de las diferentes construcciones que hicieron, todas son diferentes, pero llevaban un fin común que era realizarlas y aunque los métodos y las personas eran diferentes todos lograron terminarlas.</p>		
<p>3.3 Definición de estilo educativo</p>	<p>3.3 Creando nuestra propia casa En esta actividad a los padres se les da plastilina y se les pide que cada uno de ellos haga una casa como a ellos les gustaría y que la coloquen sobre el cartón que se les proporcione, cuando hayan terminado se les explica que cada uno de ellos creó su casa de la forma que ellos imaginaron y desearon, que lo mismo pasa al educar a los hijos, cada uno de ellos adopta su propio estilo educativo a través de cada una de sus acciones.</p>	<p>Cajas de plastilina de varios colores y cuadros de cartón</p>	
<p>3.3 Factores que intervienen en los estilos educativos</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Grado de afecto ▪ Grado de control ▪ Grado de ansiedad ▪ Reciprocidad de respuestas 	<p>3.2 Rectas En esta actividad se mostraran cuatro rectas, las cuales representaran los cuatro factores que intervienen en los estilos educativos (afecto, control, grado de ansiedad y reciprocidad de respuestas). Las rectas servirán para explicar cada uno de estos factores y que al dirigir las acciones sus acciones educativas hacia un lado u otro, están definiendo su propio estilo educativo, y que no equilibrar estos factores puede ser nocivo para los hijos, ya que irse hacia un extremo u otro, puede derivar en conductas negativas o perjudiciales y se les da ejemplos a través de una serie de combinaciones. Por ejemplo: + afecto y - control, + ansiedad y + reciprocidad de respuestas, etc.</p>	<p>Laminas donde se muestran las cuatro rectas de los factores que intervienen en los estilos educativos, diurex.</p>	

SESIÓN 4
LA EDUCACIÓN FAMILIAR Y LOS ESTILOS EDUCATIVOS (Segunda parte)

TIEMPO: 2 HORAS

OBJETIVO: Los padres distinguirán los distintos tipos de estilos educativos y reflexionarán sobre su propio estilo.

CONTENIDOS	ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS	RECURSOS	EVALUACIÓN
<p>4.1 Estilos educativos</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ El estilo autoritario y el autoritarismo represivo. ▪ La sobreprotección ▪ la hiperprotección. ▪ El estilo democrático. ▪ El estilo indiferente ▪ La inconsecuencia. 	<p>Al principio de la sesión se hará un pequeño recordatorio de lo que se trato en la sesión pasada y se comienza con la actividad.</p> <p>4.1 Exposición El pedagogo o pedagoga comenzara con una exposición donde se mostrarán a través de varios esquemas, las características más sobresalientes de los estilos educativos paternos, y se harán notar las diferencias entre cada uno de ellos. Una vez terminada la exposición se aclaran dudas y se procede con la siguiente actividad.</p> <p>Teatro guiñol Se dividirá a los padres en 5 o 6 equipos según el número de integrantes y se les repartirá una tarjeta por equipo donde estará escrita una situación que se presenta muy común en todas las familias (romper un vaso, jugar en la sala, etc.)y se les da otra tarjeta al azar donde dirá el estilo educativo que se utilizará , en total deben de tener de 5 a 6 situaciones y un estilo educativo diferente por cada una de ellas, los padres elaboraran un pequeño guiñol para cada situación en donde se verá como los distintos miembros de la familia intervienen en esa situación, se hará un dialogo para cada situación. Una vez que los padres tengan realizado todos sus diálogos se les proporcionara el material suficiente para que realicen unas pequeñas marionetas, el pedagogo tendrá una muestra para que vean un ejemplo de cómo realizarlas. Una vez que hayan terminado se procederá a realizar rápidamente el escenario del teatro guiñol, para lo que se requerirá</p>	<p>Esquemas de los estilos educativos, diurex y plumones.</p> <p>Tarjetas con actividades cotidianas y tarjetas con estilos educativos, palitos de bandera, bolas de unicel del no. 9 o 10, tela para recortar, papel, crepe, pintura vinci de varios colores, estambre, color negro o café, silicón y pistola de</p>	<p>Para la evaluación se dará antes de finalizar la sesión de 10 a 15 minutos para resolver dudas y reflexionar sobre lo que han aprendido a lo largo de la sesión, comentar sobre la forma de trabajo y contestar una breve evaluación escrita.</p>

	<p>varias telas y la ayuda de dos padres que puedan sostenerlas, para que se comience la función, se pasara de una en una situación por equipo y así sucesivamente hasta terminar.</p> <p>Una vez terminada la función se procede a realizar preguntas acerca de como se sintieron, que pudieron apreciar con la actuación, cuales son las dudas que surgieron durante la actuación, se parece lo que hicieron a la realidad.</p> <p>Para concluir se menciona que los padres pueden tener una forma más o menos constante de educar a sus hijos, es decir su propio estilo educativo, que algunas veces puede identificarse con cualquiera de los estilos vistos, lo importante es reflexionar sobre si las actitudes que están tomando son las indicadas para educar a sus hijos, ya sea individualmente o en pareja.</p>	<p>silicón, uhu, cartoncillo, cartulina, sabanas sin estampado tamaño matrimonial, diurex, plumones, resistol, tijeras.</p>	
--	---	---	--

SESIÓN 5
LA COMUNICACIÓN EN FAMILIA Y LA COMUNICACIÓN EN PAREJA

TIEMPO: 2 HORAS

OBJETIVO: Los padres conocerán las principales características de la comunicación familiar, así como los elementos necesarios para la comunicación y sus formas. Reflexionarán sobre la comunicación en pareja y conocerán los principales aspectos para que se dé en forma efectiva.

CONTENIDOS	ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS	RECURSOS	EVALUACIÓN
<p>5.1 La comunicación en familia y sus principales características</p>	<p>Al principio de la sesión se hará un pequeño recordatorio de lo que se trato en la sesión pasada y se comienza con la actividad.</p> <p>5.1 Quiero una galleta El pedagogo dará una breve exposición de lo que es la comunicación y en especial en que consiste la comunicación familiar, posteriormente se pondrán en parejas a los padres de familia y se les pide que extiendan el brazo derecho con la palma extendida hacia arriba, y que el brazo izquierdo lo coloquen en la parte de atrás de su espalda, que cierren la mano del brazo que tienen extendido y el pedagogo les pondrá una galleta en la muñeca del brazo extendido y les dará las siguientes instrucciones: que tienen que comerse la galleta sin doblar el brazo, sin hacer que brinque la galleta, y sin utilizar el brazo izquierdo y sin abrir la palma derecha. Una vez echo esto se les da el tiempo necesario para que logren el objetivo, que es que cada padre le comparta a su pareja su galleta y así ambos comerán. De esta forma se concluye que cuando los dos dieron lo que tenían de sí para el otro, es cuando pudieron comerse la galleta y así es la comunicación en la familia, cada persona da algo de sí al otro y la otra persona lo recibe, la mayoría de las ocasiones no lo podemos percibir, pero lo importante es sí lo que se proporciona son actitudes positivas o negativas.</p>	<p>Galletas.</p>	<p>Para la evaluación se dará antes de finalizar la sesión de 10 a 15 minutos para resolver dudas y reflexionar sobre lo que han aprendido a lo largo de la sesión, comentar sobre la forma de trabajo y contestar una breve evaluación escrita.</p>

<p>5.2 Elementos de la comunicación</p>	<p>5.2 Láminas. En esta actividad se dividirá al grupo por equipos y cada uno de los integrantes elaborará una lámina en la que se expresen la comunicación a través de una imagen, de un gesto, de lenguaje escrito, de una mirada, de una posición del cuerpo. Para lo cual el o la pedagoga que guía el taller proporcionará los materiales y explicará a cada uno lo que debe llevar la lámina. Una vez que hayan terminado en equipo cada uno explicara a sus compañeros porque eligió determinada imagen y uno de los integrantes del equipo dará las conclusiones por equipo. Y el pedagogo del taller expresará que utilizamos diferentes formas para comunicarnos y que se dividen principalmente en dos: la verbal y la no verbal.</p> <p>Les mostrara un dibujo en donde se muestra los elementos de la comunicación y les explicara la importancia de cada uno de ellos. Y además mencionará que la comunicación en la familia se divide principalmente en dos debido a los integrantes que la componen: la comunicación en pareja y la comunicación entre padres e hijos.</p>	<p>Revistas, pegamento, hojas, tijeras, diurex, plumones, plumas, lápices, lámina con los elementos de la comunicación.</p>	
<p>5.3 La comunicación en pareja</p>	<p>5.3 Qué es para mi... A los padres se les dará una hoja en blanco en la que escribirán en que consiste comunicarse en pareja. Después cada uno dirá en voz alta lo que haya escrito y el o la pedagoga anotara los elementos más importante de las definiciones, hasta formar un solo concepto o definición grupal de lo que es la comunicación en pareja. A partir de esta definición se les pide a los padres que reflexionen, que sobre cada uno de los aspectos que mencionaron y cuales son los más difíciles de llevar a cabo y por que. Se concluye diciendo que cada pareja establece su propia forma de comunicación, lo importante es que la interacción que se de entre ellos es positiva o negativa.</p>	<p>Hojas blancas, plumones, lápices.</p>	

<p>5.4 Los cinco aspectos para una buena comunicación:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ comprensión empática ▪ congruencia ▪ respeto ▪ delicadeza y ▪ aprecio. 	<p>5.4 Dibujos.</p> <p>Se pide a los padres que se pongan en parejas y se les proporciona el material necesario, para que cada pareja dibuje un sol, una luna, un árbol y un hombre o mujer que este mirando la escena, pero para dibujarlo deberán seguir las siguientes instrucciones: será en absoluto silencio y no podrán hablar, ambos con su mano diestra tendrán que agarrar el plumón al mismo tiempo que su compañero y seguir los trazos de la figura juntos, sin soltarlo y pondrán la otra mano en la espalda. Cuando terminen se pide que escriban en otra hoja lo que esta pensando el hombre o mujer del dibujo, aquí ya pueden hablar. Se exponen cada uno de los dibujos y se pide que expliquen que fue lo que paso al realizar la actividad, que fue lo que les costo más trabajo realizar y porque.</p> <p>Para continuar se describirán las características para lograr una buena comunicación (comprensión empática, congruencia, respeto, delicadeza y aprecio) y mencionará que a lo largo del taller conocerán y pondrán en práctica las habilidades necesarias para lograrla.</p> <p>Concluirá diciendo que cada uno de estos permite mejorar la comunicación dentro de la pareja, ya que permiten una interacción positiva, que crea respeto y confianza dentro de la pareja, lo que permite afirmar los lazos de unión y resolver más fácilmente los problemas que se les presenten.</p>	<p>Hojas blancas, colores, crayolas, plumones, lápices, plumas.</p>	
---	--	---	--

SESIÓN 6
LA COMUNICACIÓN EN PAREJA

TIEMPO: 2 HORAS

OBJETIVO: : Los padres conocerán los principales aspectos para una buena comunicación en pareja. Y reflexionarán acerca de los problemas que se presentan en la comunicación de pareja.

CONTENIDOS	ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS	RECURSOS	EVALUACIÓN
<p>6.1 Aspectos de la relación que se elaboran a través de la comunicación</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ dominio- poder ▪ afecto ▪ identidad y validación 	<p>Al principio de la sesión se hará un pequeño recordatorio de lo que se trato en la sesión pasada y se comienza con la actividad.</p> <p>6.1 Exposición Se muestra la lámina de los aspectos de la relación que se elaboran a través de la comunicación y se explica en que consiste cada uno de ellos y como se elaboran.</p> <p>Se concluye en que estos aspectos equilibrados en la relación de pareja permite que exista una relación positiva y que si en algún momento uno de estos puntos rompe el equilibrio, se puede presentar un conflicto, de ahí la importancia de una comunicación clara y efectiva dentro de la pareja para poder llegar a cuerdos.</p> <p>Se menciona que ya se han visto los aspectos necesarios para una buena comunicación en pareja y que ahora es necesario revisar los elementos, actitudes o condiciones que impiden que se lleve a cabo una buena comunicación.</p>	<p>Lámina de los aspectos de la relación que se elaboran a través de la comunicación, diurex, plumones.</p>	<p>Para la evaluación se dará antes de finalizar la sesión de 10 a 15 minutos para resolver dudas y reflexionar sobre lo que han aprendido a lo largo de la sesión, comentar sobre la forma de trabajo y contestar una breve evaluación escrita.</p>

- 6.2 Principales problemas de la comunicación en pareja.
- En la forma de transmitir el mensaje
 - En el lenguaje corporal
 - En actitudes practicas
 - En los sentimientos

6.2 Caras y gestos.

Se dará una tarjeta en donde estará dibujada una expresión o sentimiento, además se les dará una frase y dirán el mensaje con la expresión puesta en la tarjeta, es importante mencionar que la frase no concuerda con la expresión de la tarjeta. Al final de pasar se les preguntará si concordaban lo que se decía con la expresión de la cara. Se menciona que es importante que lo que decimos concuerde con nuestras actitudes y gestos, sobre todo si queremos comunicar algo. A partir de aquí se comienza a elaborar una lista conforme vayan pasando las actividades con los principales problemas que se presentaron para facilitarles una buena comunicación. Para elaborar esta lista el pedagogo se guiara con el cuadro esta en los anexos donde se mencionan los principios y características básicas para una buena comunicación.

Contacto visual y postura.

Se procede a la siguiente actividad en donde se pide se integren por parejas, se pide que una de ellas se siente y la otra se pare enfrente y comiencen a platicar sobre cualquier tema, se les da 2 o 3 minutos y posteriormente, se pide que cambien a la posición que su pareja tenía y que sigan con el dialogo, por otros dos o tres minutos. Posteriormente se pide a la pareja que ahora se pongan de espaldas uno junto al otro, y prosigan con la conversación, se les da 1 minuto o dos. Posteriormente se hacen las reflexiones por pareja en como se sintieron cuando hablaban según las diversas posiciones y si en la última pudieron seguir con la conversación. Se explica que el contacto visual y la postura ayudan a favorecer la comunicación o pueden ser un obstáculo. Se continua escribiendo la lista, a través de los comentarios y dudas de los padres.

Situaciones cotidianas.

Al final se explicará que cuando queremos comunicar algo, a veces utilizamos frases negativas sin darnos cuenta, para pedir algo y se les muestra la lista de Liberman. A continuación se les dará a las parejas una situación a representar, una en donde se utilicen frases como las que maneja Liberman y otra en donde en la misma situación se maneje una comunicación verbal asertiva. Al final de la representación se pedirá

Tarjetas con dibujos que expresen emociones, y tarjetas con frases dramáticas, chuscas, informativas, relacionadas con el tema de la familia.

Sillas

Lista de Liberman, tarjetas con la lista de frases.

	<p>al grupo cuáles son las diferencias de comunicación en los casos que representaron y partir de sus respuestas se formarán un cuadro en donde se escriban las características de la comunicación verbal asertiva, si faltan características se mencionan y se describen más detalladamente</p> <p>Problemas y soluciones. En esta actividad se pide al grupo que se divida en las personas que les gusta la leche y en las personas que no les gusta la leche. Una vez hecho esto se pide un voluntario de cada grupo y se les pide que se sienten en una mesa donde hay un vaso y un litro de leche en medio de ella. Se pedirá al que le gusta la leche que convenga a la que no le gusta de tomar leche y al que no le gusta se le pedirá que cuando le den razones que crea convincentes para tomar la leche, acepte el tomar leche y en caso contrario que explique sus razones. Los demás del grupo observarán el diálogo que se da entre los voluntarios. Hasta que ambos lleguen a un acuerdo. Al final de la actividad se pedirán los comentarios de que se observó y entonces se explicará que la leche simula lo que es un problema y que las actitudes contrarias son las posiciones que toma la pareja, pero que el dialogo que se da entre ellas permite que se resuelva la situación, pero sobre todo en la forma en que se transmite la información y se termina de elaborar la lista y por ultimo se procede a elaborar una lista con actitudes que contrarresten las actitudes presentadas a lo largo de toda la sesión.</p> <p>Se concluyen todas las actividades mencionando que cada uno de los problemas de la lista son situaciones que se pueden presentar todos los días dentro del entorno familiar, lo importante es modificar las actitudes, y estar atento y realizar otras que no permitan que se incrementen las situaciones negativas y que favorezcan la comunicación y por tanto la resolución del o de la situación conflictiva.</p>	<p>Un litro de leche y vasos.</p>	
--	---	-----------------------------------	--

SESIÓN 7
LA COMUNICACIÓN ENTRE PADRES E HIJOS (Primera parte)

TIEMPO: 2 HORAS

OBJETIVO: Los padres reconocerán los elementos de la comunicación entre padres e hijos y los aspectos que la favorecen; así mismo conocerán las características necesarias para comenzar un dialogo con los hijos y reflexionaran sobre los puntos importantes para que el dialogo sea eficaz.

CONTENIDOS	ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS	RECURSOS	EVALUACIÓN
<p>7.1 La comunicación entre padres e hijos</p> <p>7.2 Aspectos que favorecen la comunicación entre padres e hijos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Observar y ser sensible • Responder de 	<p>Al principio de la sesión se hará un pequeño recordatorio de lo que se trato en la sesión pasada y se comienza con la actividad.</p> <p>7.1 Exposición Se muestra la lámina donde se encuentran los elementos de la comunicación entre padres e hijos y se da una exposición en donde se explican cada uno de los elementos. Los padres y los hijos establecen entre ellos sus propios estilos y formas de comunicarse, lo importante es que al hacerlo expresen cada uno de ellos sus ideas, sentimientos, preocupaciones y enseñanzas de forma efectiva, de manera que cada uno de los miembros de la familia se respeten, escuchen, comprendan y permitan aclarar sus dudas o resolver sus problemas.</p> <p>7.2 Lista Se muestra la lista donde están los aspectos que favorecen la comunicación entre padres e hijos y se explica en que consiste cada uno de ellos y de que manera favorecen la comunicación entre padres e hijos</p> <p>Se concluye que si al entablar el dialogo con los hijos se toman en cuenta estos aspectos, la conversación se basara en la confianza y</p>	<p>Lámina con elementos de la comunicación entre padres e hijos, diurex y plumones.</p> <p>Lista con los aspectos que favorecen la comunicación entre padres e hijos, diurex y</p>	<p>Para la evaluación se dará antes de finalizar la sesión de 10 a 15 minutos para resolver dudas y reflexionar sobre lo que han aprendido a lo largo de la sesión, comentar sobre la forma de trabajo y contestar una breve evaluación escrita.</p>

<p>acuerdo a sus necesidades</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Responder de manera consistente ▪ Aceptar el estilo de los hijos ▪ Demostrar afecto <p>7.3 Elementos que favorecen o dificultan la comunicación entre padres e hijos.</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Ambas partes deben estar predispuestas a conversar ▪ Ambas partes deben hallarse en estado sereno, templado y sin apasionamientos. ▪ En el dialogo que se tiene con los hijos se deben evitar las interrupciones, la prisa o el estar realizando otras ocupaciones. ▪ Es necesario fijar un tiempo especial para platicar con los hijos ▪ Las cosas que exprese tiene que sentirlas. 	<p>comprensión y favorecerá que la comunicación sea siempre positiva y los hijos se sientan seguros al contar cada una de las cosas que les suceden.</p> <p>7.3 Noticia importante</p> <p>En esta actividad se pedirá a un voluntario en el taller. Se pide que salga del salón por unos minutos. Y mientras se le explica al grupo lo que hará. Una persona hará el papel de mamá y otra el papel de papá. La mamá estará cocinando y el papá estará viendo la televisión, los demás integrantes del grupo se dividirán en tres grupos, unos serán la televisión, otros, serán el radio que escucha la mamá y otros los ruidos de la comida que se esta cocinando y se pedirá que cuando entre la otra persona comiencen a ejercer sus papeles y los padres actúen como si estuvieran absortos en ello y le dan motivos por los que no pueden atenderle. El que guía va por el voluntario y le dice que va a representar el papel de hijo o hija , y que tendrá que decirle a la persona que represente el papel de mamá o papá que se entero del taller para padres y su tarea es que los escuchen y que motive a sus padres a tomarlo. Al entrar el grupo seguirá las indicaciones y el padre que representa al hijo tratará de convencerlos, pero el ruido y las actitudes de los padres no dejaran que esto pase. Después de un dos o tres minutos, se para la actividad. Y se comienza a preguntar de cómo se sintieron, que favoreció y que impidió la conversación, que pasó con la mamá y con el papá, el que la hacia de hijo que sentía al no poder decir lo que quería. Se aprovecha todo esto para dar los elementos que favorecen la comunicación entre padres e hijos. Y se piden las soluciones para que todos pudieran resolver el problema de comunicación que se dio en esta actividad, esto permitirá pasar a la siguiente actividad donde se mencionan las características necesarias durante el dialogo con los hijos para que sea eficaz.</p>	<p>plumones.</p> <p>Papel bond, diurex, plumones.</p>	
---	---	---	--

<p>7.4 Puntos importantes para el dialogo entre padres e hijos</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Escuchar y actuar. ▪ Adoptar una buena postura. ▪ Prestar atención ▪ Tener una amplia visión. ▪ Escuchar sin hablar. ▪ Participar. ▪ Recapitular. 	<p>7.4 Reflexiones</p> <p>El pedagogo comienza diciendo que en la actividad que se acaba de realizar se muestran varios elementos para que se pueda iniciar un dialogo entre padres e hijos, pero una vez que se tienen reunidos estos elementos, hará las siguientes preguntas ¿qué se necesita para que la conversación sea efectiva?, ¿qué pasa si lo que quiere decir su hijo es que alguien le pegó en la escuela?, ¿o que reprobó una materia?, ¿o que no fue a clases y se fue a jugar y se lastimó?, ¿o que comienza a actuar diferente, y que tiene desconfianza a decirle algo y usted se preocupa porque no sabe lo que le pasa?. Se pide que los padres traten de responder que harían en cada una de estas situaciones y que lo escriban en una hoja en blanco, una vez que hayan terminado, se muestra los aspectos necesarios para realizar un dialogo eficaz con los hijos y se explica en que consiste cada uno de ellos, al final se pide que lo corroboren con lo que escribieron y que mencionen si encontraron similitudes o diferencias, cuales fueron, que piensan realizar ahora, que cambiarían y que seguirían realizando.</p> <p>Al entablar el dialogo con los hijos sobre todo en situaciones problemáticas, es importante que ellos se sientan seguros y en confianza para poder expresarles a los padres lo que les pasa, por tanto los padres deben de crear un ambiente de seguridad y apoyo, expresárselos y escucharlos hasta el final para poder comprender su problemática situándose siempre en su nivel de edad y experiencia.</p>	<p>Hojas blancas, lista de puntos importantes para el dialogo entre padres e hijos</p>	
---	--	--	--

SESIÓN 8
LA COMUNICACIÓN ENTRE PADRES E HIJOS (Segunda parte)

TIEMPO: 2 HORAS

OBJETIVO: Los padres reflexionaran sobre las formas de comunicación negativa cuando se guía y corrige a los hijos.

CONTENIDOS	ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS	RECURSOS	EVALUACIÓN
<p>8.1 Formas de comunicación negativa en el dialogo entre padres e hijos:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Las críticas ▪ Las acusaciones ▪ Los sermones ▪ Las ayudas ▪ El asedio ▪ La aceptación del silencio. 	<p>Al principio de la sesión se hará un pequeño recordatorio de lo que se trato en la sesión pasada y se comienza con la actividad.</p> <p>8.1 Comunicación frustrada Se comienza con una exposición donde se explican cada una de las formas de comunicación negativa en el dialogo entre padres e hijos. Después de esto, se separa al grupo de padres en tres equipos y por equipo se les da en una hoja o tarjeta donde presenta una situación en la que los hijos tienen algún conflicto y se les da dos tarjetas al azar donde estén escritas las formas de comunicación negativa y se les pide que escriban en una hoja como se inicia el dialogo con su hijo o hija y como trata de explicarles la situación y que en ese momento ellos utilicen una forma de comunicación negativa de las tarjetas, y que expliquen que es lo que pasa en ese momento. Cuando terminen todos los equipos, se lee lo que escribieron y las conclusiones que llegaron. Se aclaran dudas y se menciona que al utilizar estas formas de comunicación negativa se interrumpe la comunicación y esto podría generar un conflicto, ya que además de herir los sentimientos de los hijos podría repercutir en actitudes rebeldes o introvertidas que afecten a toda la familia. Además expresiones como estas no permiten que fluya la comunicación y se resuelvan los problemas.</p>	<p>Tarjetas con situaciones de conflicto, tarjetas con las formas de comunicación negativa en el dialogo entre padres e hijos, papel bond, plumones, diurex.</p>	<p>Para la evaluación se dará antes de finalizar la sesión de 10 a 15 minutos para resolver dudas y reflexionar sobre lo que han aprendido a lo largo de la sesión, comentar sobre la forma de trabajo y contestar una breve evaluación escrita.</p>

<p>8.2 Formas de corrección destructivas:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Hacerlos sentir culpables ▪ Usar calificativos a la persona o personalidad del niño ▪ Usar amenazas ▪ Dar ordenes ▪ Dar discursos y sermones ▪ Advertencias ▪ Comparaciones. ▪ Sarcasmo. ▪ Profecía <p>8.3 Habilidades para guiar y corregir a los hijos de forma constructiva:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Describa ▪ De información ▪ Dígalo con una palabra ▪ Hable de sus sentimientos ▪ Escriba una nota 	<p>8.2 Hagamos ejemplos</p> <p>En esta actividad se recuerda que los padres que ellos son los que deciden el estilo educativo de sus hijos, a ellos les corresponde guiar, enseñar y corregirlos. Pero algunas veces sin darse cuenta, pueden utilizar formas de corrección destructivas y se procede a una exposición donde se explican cada una de ellas. Se hacen preguntas y se aclaran dudas. Posteriormente se divide al grupo en cuatro equipos y a cada uno de ellos se les reparte tres tarjetas donde vienen escritas una forma de corrección destructiva y tres hojas blancas. En cada hoja deben escribir un ejemplo donde se utilice cada una de las formas de corrección destructivas que les toco en las tarjetas. Una vez que terminen, se les pide que guarden sus ejemplos y que se continuara con la siguiente actividad donde se utilizaran los ejemplos que han realizado.</p> <p>8.3 Pongámoslo en practica</p> <p>Se comienza a explicar que como se vio en la actividad pasada, al utilizar formas de corrección destructiva se bloquea la comunicación, pero que es necesario corregir a los hijos, pero que las formas de corrección deben de crear respeto y además fomentar la comunicación y cooperación de los hijos. Se explica que hay cinco habilidades básicas que permiten corregir de manera constructiva y se explica cada una de ellas, se aclaran dudas si es necesario y se dan ejemplos de su utilización. Posteriormente se piden que para cada uno de los ejemplos de la actividad pasada , elijan una o dos formas alternativas de corregir a través de estas cinco habilidades, una vez que hayan terminado, cada equipo lee sus ejemplos y explica las alternativas que tomaron para cada uno de ellos.</p> <p>Los padres como guías tienen que corregir constantemente a los hijos, pues ello les permite a los hijos saber hasta donde les es permitido actuar libremente y hasta donde llegan los límites de sus actuaciones, y que es lo que pueden hacer en determinadas situaciones, lo importante es que al corregirlos los hijos puedan aprender y en lo sucesivo ser ellos mismos quienes se guíen o se limiten pues conocen lo que está permitido y lo que no está permitido y que pueden hacer en consecuencia.</p>	<p>Tarjetas con el nombre de las formas de corrección destructiva, hojas blancas, plumones, lápices, gomas, plumas de colores, papel bond, diurex.</p> <p>Hojas de la actividad pasada con los ejemplos de las formas de corrección destructiva, papel bond, plumas de colores, lápices, gomas, diurex.</p>	
---	--	---	--

**SESIÓN 9
REGLAS EN LA FAMILIA**

TIEMPO: 2 HORAS

OBJETIVO: Los padres reflexionaran sobre la importancia de las reglas en la familia y practicaran el establecimiento de reglas

CONTENIDOS	ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS	RECURSOS	EVALUACIÓN
9.1 Reglas en la familia	<p>Al principio de la sesión se hará un pequeño recordatorio de lo que se trato en la sesión pasada y se comienza con la actividad.</p> <p>9.1 Las reglas de la clase Se comienza con una exposición donde se aclara el concepto de regla y su importancia en la familia. Una vez que se ha explicado el concepto de regla y lo que implica, posteriormente el o la pedagoga hará una lista de las reglas en clase, para eso pedirá a los padres que reflexionen y le digan cada uno de ellos una regla del salón y procede a escribir las reglas del taller. Para concluir la actividad el pedagogo menciona que esas reglas permiten que todos convivan y aprendan dentro del taller, lo importante es que todos estaban de acuerdo con ellas, aun cuando muchas no se habian dicho explicitamente, lo mismo pasa con las reglas de la familia, y el conflicto surge cuando alguna regla no ha sido acordada y aceptada por todos los miembros.</p>	Papel bond, diurex, plumones.	Para la evaluación se dará antes de finalizar la sesión de 10 a 15 minutos para resolver dudas y reflexionar sobre lo que han aprendido a lo largo de la sesión, comentar sobre la forma de trabajo y contestar una breve evaluación escrita.
9.2 Establecimiento de reglas	<p>9.2 Hagamos reuniones familiares El o la pedagoga que guía el taller explicará cuales son los pasos a seguir para el establecimiento de reglas, aclarara las dudas que tengan los padres y después dividirá al grupo en equipos, en cada equipo los padres representarán el papel de mamá, el de papá y otros los de hijos y se describirán situaciones donde los padres que hacen de hijos</p>	Hojas blancas, plumones, lápices, gomas.	

<p>9.3 Aplicación de las reglas</p>	<p>mencionen que no les gusta una regla o varias reglas de los padres y entre todos deberán llegar a un acuerdo para sus establecimiento y que al llegar a un acuerdo que escriban las nuevas reglas en una hoja.. Al final se concluye que para establecer las reglas se han de seguir una serie de pasos, considerando a todos los miembros de la familia y responsabilizándolos de acorde a su edad.</p> <p>9.3 Revisando las reglas</p> <p>El o la pedagoga describirá las recomendaciones para la aplicación de las normas y pedirá que por equipo revisen las reglas que han escrito y si cumplen con las recomendaciones, en caso de que alguna regla no las cumplan que entre todos la cambien. Durante esta actividad aclarara las dudas y al final se expondrán las conclusiones a las que los padres han llegado.</p> <p>Se concluye que las reglas permiten que la familia conviva armónicamente y que estas deben ser flexibles y cambiantes, ya que la necesidad y desarrollo de todos lo miembros de la familia van cambiando, de ahí la necesidad de revisarlas y acordarlas entre todos los miembros de la familia.</p>	<p>Las hojas con las reglas de la actividad pasada.</p>	
-------------------------------------	---	---	--

SESIÓN 10
LÍMITES EN LA FAMILIA

TIEMPO: 2 HORAS

OBJETIVO: Los padres conocerán la importancia de los límites en la familia, practicarán como se establecen. Y aprenderán la diferencia entre consecuencias lógicas y naturales

CONTENIDOS	ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS	RECURSOS	EVALUACIÓN
10.1 Límites en la familia	<p>Al principio de la sesión se hará un pequeño recordatorio de lo que se trato en la sesión pasada y se comienza con la actividad.</p> <p>10.1 Intercambiamos reglas y límites El o la pedagoga explicara a los padres la diferencia entre las reglas y los límites, y en que consisten estos últimos, y dará ejemplos. Después dividirá al grupo en cuatro equipos, a cada equipo se le darán 6 tarjetas que contendrán reglas y límites de las reglas, pero que no coincidan, por lo que tendrán que intercambiar tarjetas con los demás equipos, para intercambiarlas darán una tarjeta al equipo que les proporcione otra, hasta que cada equipo tenga tres reglas con sus límites. Se leen en voz alta y se decide entre todos si están en lo correcto. Se concluye con que un límite permite establecer hasta donde es permitido actuar y también nos marca el término o final de donde no es tolerada nuestra conducta pues afectaría a nuestra persona u a otras personas.</p>	Veinticuatro tarjetas que contengan reglas y límites, papel bond, plumones, diurex.	Para la evaluación se dará antes de finalizar la sesión de 15 a 20 minutos para resolver dudas y reflexionar sobre lo que han aprendido a lo largo de esta sesión y en general de todas las sesiones, se comenta sobre la forma de trabajo y se contesta la evaluación final escrita.
10.2 Establecimiento de límites	<p>10.2 Vamos a establecer límites El pedagogo menciona que las reglas regulan la conducta de los miembros de la familia y que los límites permiten establecer hasta donde se tiene libertad para actuar, por lo cual es necesario que tanto las reglas como los límites sean flexibles, y que hay una serie de recomendaciones</p>	Hojas con los pasos a seguir, plumones, lápices, gomas, papel	

<p>10.3 Consecuencias lógicas y naturales</p>	<p>importantes para establecer los límites, se explican cada uno de ellos y se aclaran dudas. Después, individualmente a cada padre se le da una hoja con los puntos a seguir, en donde se le pide que la llene y una vez que termine el o la pedagoga revisara las hojas y aclarara las dudas.</p> <p>Al establecer límites es importante tomar en cuenta la edad de los hijos y su nivel de comprensión, ser flexibles al establecerlos, es necesario que se explique la razón de su establecimiento para que sean aceptadas y ellos mismos las sigan y no se sientan controlados.</p> <p>10.3 Carreras El o la pedagoga explicara la diferencia entre consecuencias lógicas y naturales y la aplicación de las consecuencias lógicas, dará varios ejemplos y pedirá a los padres que se dividan en dos equipos y que formen dos filas, para lo cual se despejara el salón y se colocaran en un extremo del salón, en el otro extremo se pondrán dos papel bond y dos plumones, se les explicara que tienen cinco minutos para pensar en consecuencias lógicas y naturales, después de este tiempo por turnos cada padre correrá al otro extremo del salón y escribirá una consecuencia lógica en el papel, el siguiente padre escribirá una consecuencia natural y así sucesivamente hasta terminar, se pide un aplauso cuando terminen, se revisan las listas y se aclaran dudas.</p> <p>La aplicación de consecuencias lógicas ayuda a los hijos aprender que cada una de sus acciones lleva una consecuencia, ya sea de forma positiva o negativa y que ellos mismos son responsables de ello. Que es necesario también corregir las actitudes no favorables y a los padres les corresponde enseñarlos.</p>	<p>bond, diurex.</p> <p>Papel bond, diurex, plumones</p>	
<p>10.4 Cierre del taller</p>	<p>10.4 Cierre del taller. El o la pedagoga mencionara que con esta ultima actividad se dará por concluido el taller, por lo que pedirá que los padres se reúnan en circulo y mencionen a todos cuatro puntos importantes: ¿Qué es lo que aprendieron?, ¿que es lo que aplicaron del taller?, ¿que mejorarían? y ¿que otros temas les gustaría revisar?. El o la pedagoga dan las conclusiones generales y procede a darles la hoja con la evaluación final que ellos deberán contestar y posteriormente se procede a la despedida.</p>	<p>Bolsa de paletas</p>	

10.5 Despedida

10.5 Hacer sentir bien

En esta última actividad se hace un círculo y se pone una bolsa de paletas en medio y el o la pedagoga toma una paleta y dice que todos vamos a hacer sentir bien a alguno de los que estamos presentes, y se elige a alguien y se dice: voy a hacer sentir bien a Dolores, por ejemplo y Dolores toma una paleta y elige a otra persona, así hasta que todos han pasado. Al final se pide que todos aplaudan y se da por concluido el taller.

CONCLUSIONES

CONCLUSIONES

Cada familia comienza como una aventura, es decir, no sabe que podrá esperar, ¿funcionara que vivan juntos?, ¿podrán resolver todos los problemas?, ¿serán buenos padres?, ¿sus hijos serán felices?, ¿llegaran juntos a la vejez?, y así comienzan con una serie de expectativas que a lo largo de la convivencia se van reafirmando o van cambiando, lo cierto es que nada esta garantizado, pero eso no implica que la familia busque a través de esa convivencia diaria, la permanencia y que se prepare, y logre sus metas. Actualmente los padres y las nuevas parejas no están solas, cada vez más la educación familiar se abre paso y va propagando sus conocimientos, en diversas áreas (educación de los hijos, corrección e instrucción, comunicación en la pareja, comunicación entre padres e hijos, autoestima en la familia, etc.), ya que se ve a la familia como célula fundamental del desarrollo sano del individuo y de la sociedad.

A partir de esto, se presenta este trabajo con el deseo de aportar algo dentro del campo de la educación familiar, visualizando a la familia como un sistema donde interactúan todos sus miembros, se relacionan y aprenden de los demás, lo que las hace únicas y diferentes, es que sus integrantes además elaboran su propia forma de convivencia y estilo de vida, que al unirse forman su identidad familiar. Un sistema familiar busca construir y desarrollar una familia sana y feliz, pero no siempre es así y los problemas que se presenten y la forma en que los resuelven serán diferentes, lo fundamental es que tendrá que buscar sus propias estrategias y soluciones, lo que la ayudara es que aprenda tanto del problema como de la solución y que los métodos o formas que elijan le permitan a la familia resolver situaciones similares de forma más eficaz y siga creciendo y pase a las siguientes etapas con bases más firmes y sólidas.

Dentro de las funciones principales de la familia esta la de educar, cada padre decide el estilo educativo que cree conveniente, definiéndolo a través de su historia de vida y teniendo como ejemplo el modelo educativo que vivió con su familia de origen, esto no limita sus deseos de aprender, pues están abiertos a conocer nuevas formas, modelos o estilos que los ayuden a mejorar su función educativa, adaptándolos a sus necesidades cotidianas.

Otro aspecto importante y que rige la convivencia dentro del sistema familiar es la comunicación, dividiéndola principalmente en dos, la comunicación que se da en pareja y la que se presenta entre padres e hijos. En la comunicación en pareja se da una interacción positiva cuando a través del dialogo creativo se corrige, se comparte información y se establecen acuerdos, sin imponer decisiones o reprimiendo sentimientos que ocasionen diferencias de opiniones. Es precisamente al expresar estas diferencias y resolverlas, como se logra reforzar las bases de una comunicación más sólida y comprometida entre los miembros de la pareja. En la comunicación entre padres e hijos, es necesario que los padres estén abiertos siempre al dialogo, por lo que es importante que escuchen y comprendan las situaciones que viven sus hijos, conforme a su edad y la etapa de desarrollo que viven.

Las reglas y límites son puntos importantes dentro de las relaciones del sistema familiar, ya que al ser establecidos y aceptados por todos permiten que los hijos conforme avanzan en edad, vayan autorregulando poco a poco sus actitudes y midan las consecuencias de sus acciones. Las reglas sirven para crear una convivencia armónica dentro de la familia, si se abusa de ellas crean un ambiente rígido que no permite la movilidad de los integrantes de la familia, por el contrario si son flexibles y aceptadas por todos se tendrá un espacio armónico que facilitara la convivencia. Los límites fijan hasta donde es permitida una conducta o actitud y una vez establecidas, determinan también el espacio donde es permitido actuar libremente.

Una vez entendidos estos aspectos y teniéndolos claros, surge la elaboración del taller, el cual trata de poner a la vista de todos los aspectos más relevantes de lo que pasa en cada familia y pretende dar una visión hacia otras posibilidades de acción, sin imponer soluciones, para que los padres puedan ir adaptando a sus necesidades y circunstancias y sobre todo hacer conscientes situaciones que muchas veces pasan desapercibidas en el acontecer cotidiano. Entre ellas, la división por etapas permite a los padres analizar su estado actual, ya que los ubica en un determinado momento y les ayuda a reflexionar sobre su actuación dentro de su familia, de esta manera pueden estar preparados no solo para enfrentar y resolver problemáticas presentes, sino para prever situaciones futuras.

Y que al conocer los diversos estilos educativos paternos, reflexionen sobre su propia forma de enseñar y guiar a sus hijos, esto les permitirá hacer una comparación y crear conciencia y hasta en un determinado momento comenzar con un cambio de actitudes.

La comunicación familiar es uno de los aspectos más difíciles, pues al comunicarnos ya sea dentro de la familia o fuera de ella no reflexionamos sobre varios aspectos, como la postura, el tono de voz, la forma en que se expresa el mensaje, los gestos que se realizan, la atención que se pone en la otra persona, y el hacer conscientes estas situaciones permite visualizar cuales son los aspectos y los mensajes que se dirigen en forma negativa y que obstaculizan una buena comunicación con la pareja o entre padres e hijos. En estas sesiones del taller que tratan sobre comunicación se busca que los padres reflexionen, aporten y creen situaciones positivas que permitan establecer una buena comunicación.

Las últimas sesiones que se refieren a las reglas y límites aportan una serie de pasos o aspectos importantes para su establecimiento, pero siempre haciendo notar a los padres que es necesario adaptarlos al momento que viven dentro de su familia, considerando la edad y desarrollo de sus integrantes.

Los aspectos que considero más importantes dentro de la aplicación del taller son: la preparación del pedagogo, ya que es necesario que tenga amplios conocimientos sobre educación familiar, porque los padres tendrán muchos cuestionamientos en cada uno de los temas, además que sea capaz de modificar las actividades según el número de integrantes, los recursos y el espacio con los que cuente, explicar el objetivo de las actividades, poner atención especial en las evaluaciones y reafirmar o profundizar en aspectos que considere necesarios a través de las sesiones, así mismo concluir y dar un cierre adecuado a cada uno de los temas.

Por último, este trabajo aporta las bases necesarias para que se continúen una serie de talleres, que traten solamente un tema específico, por ejemplo: la comunicación en pareja, o entre padres e hijos, o revisen una etapa del ciclo vital de la familia y queda abierto hacia otros temas que traten sobre educación familiar y respondan a las necesidades tanto de quienes se interesen por esta área, como de las familias que deseen tener alguna orientación sobre su vida familiar.



ANEXOS



ETAPA 1



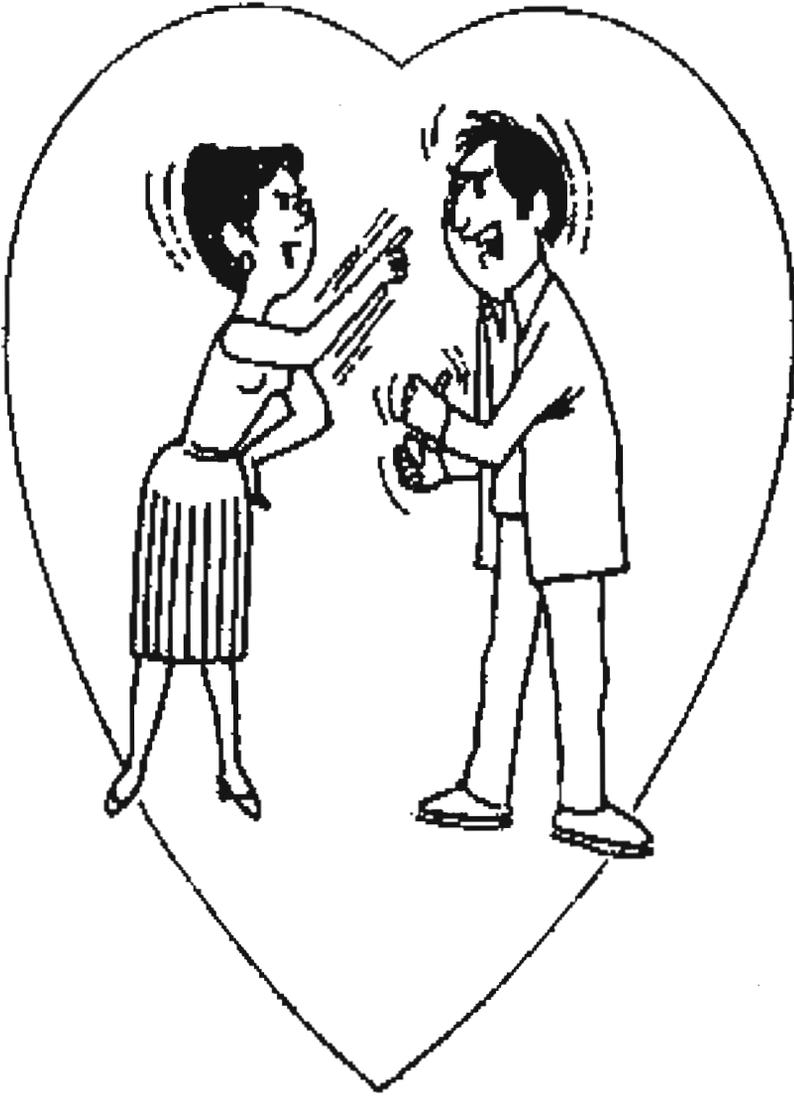
ETAPA 1



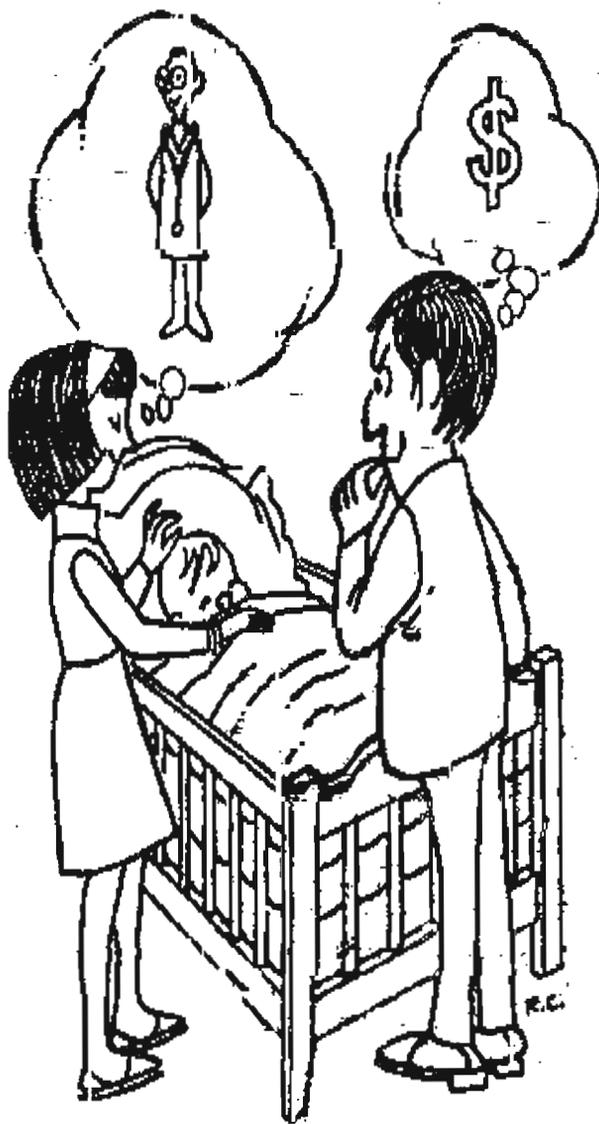
ETAPA 2



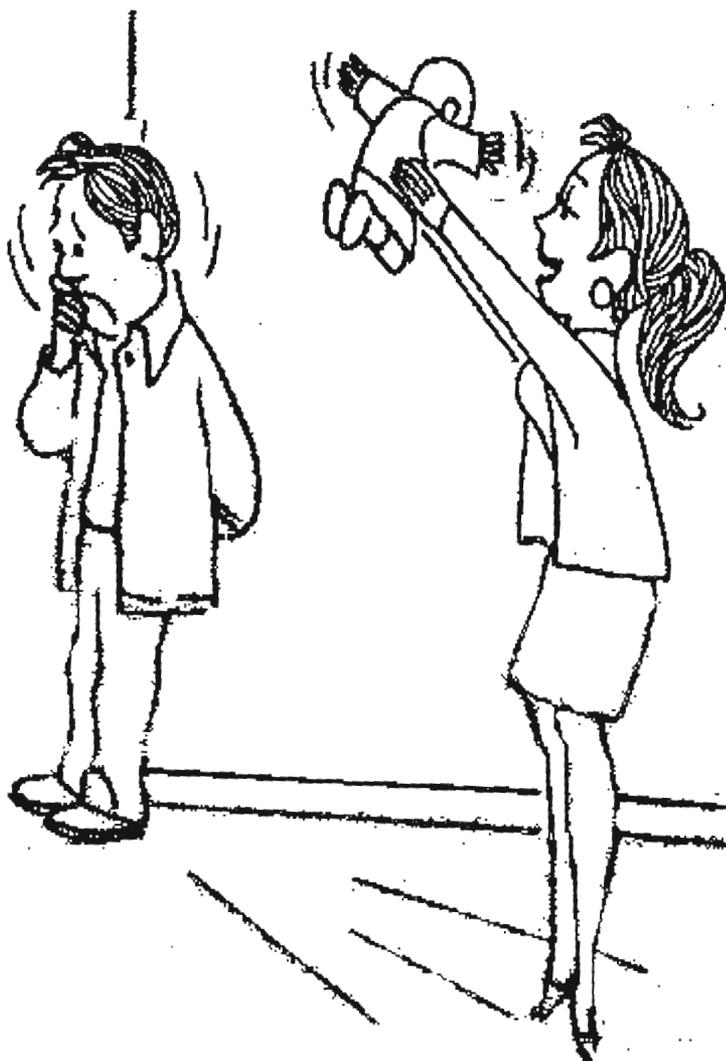
ETAPA 2



ETAPA 2



ETAPA 3



ETAPA 3



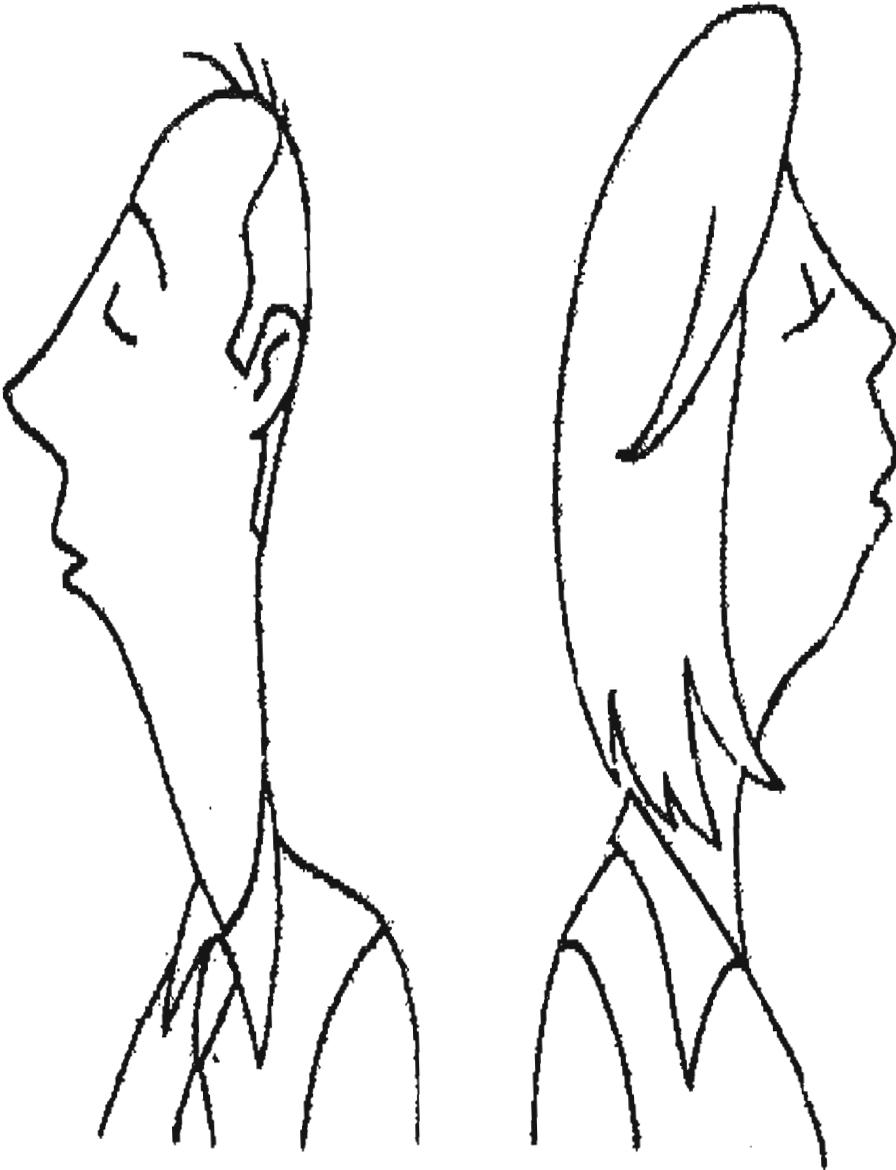
ETAPA 4



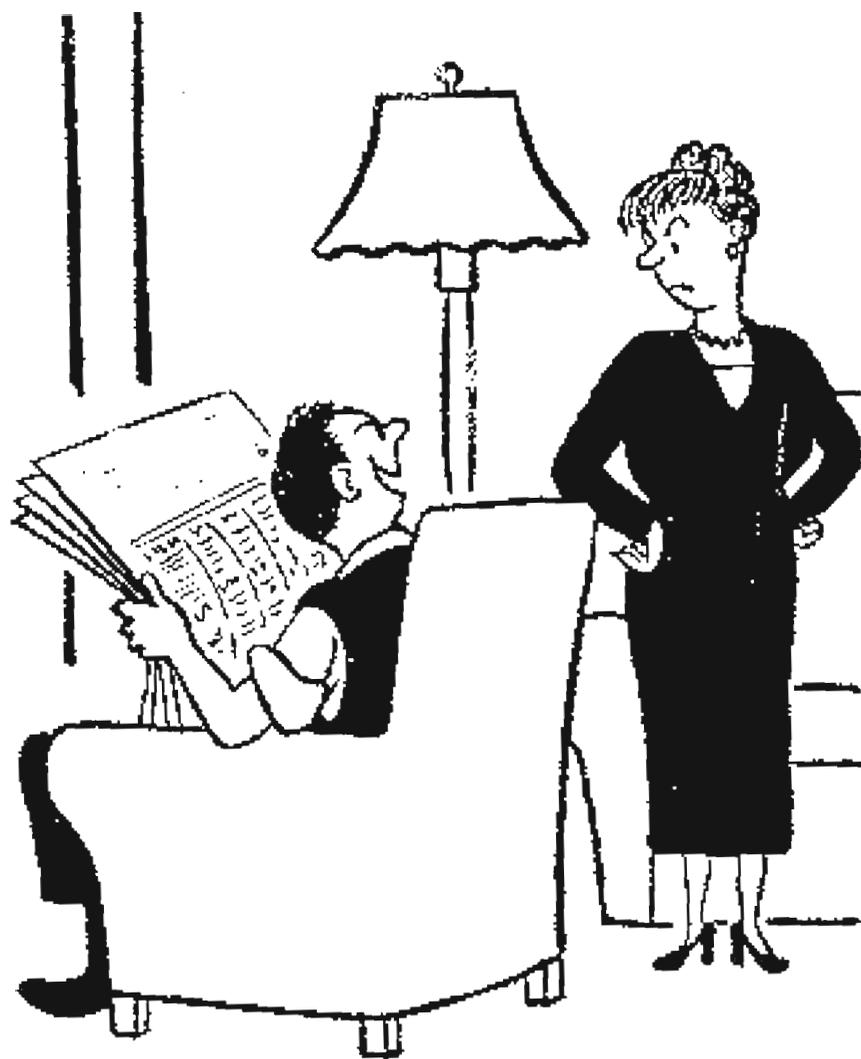
ETAPA 4



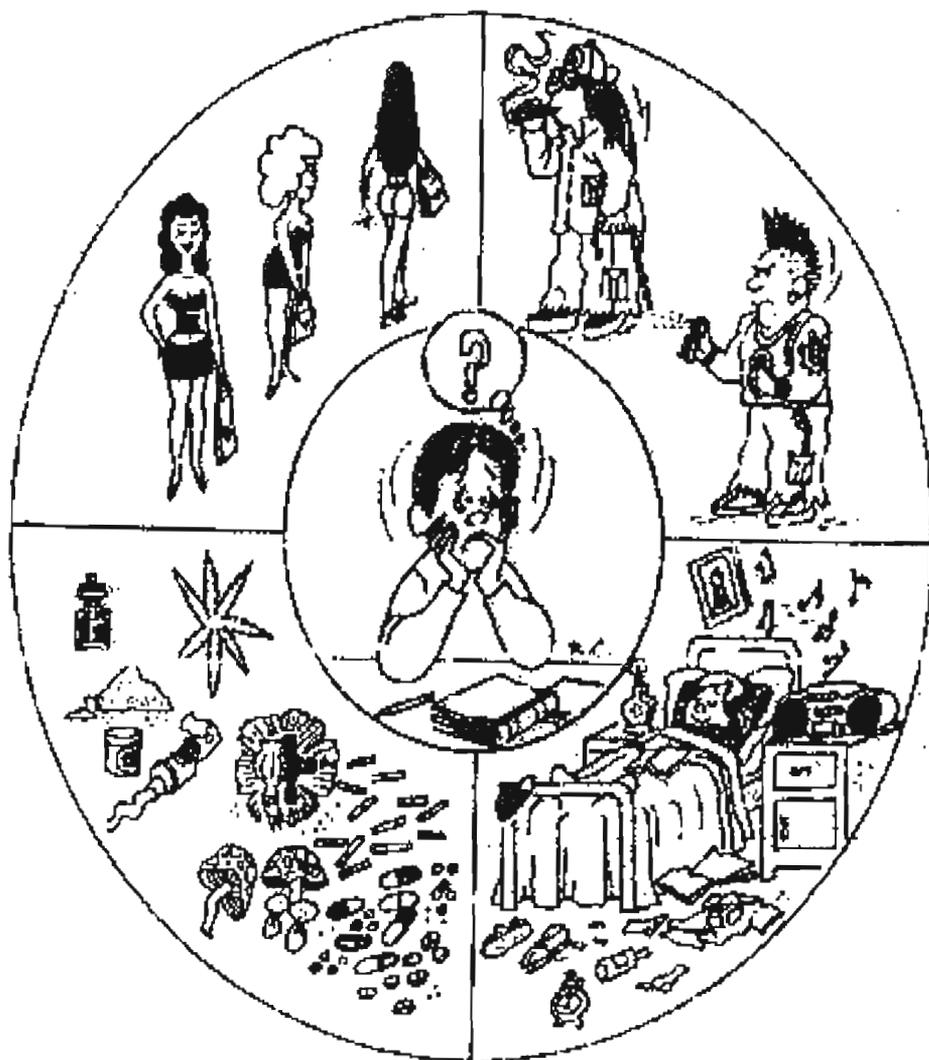
ETAPA 4



ETAPA 5



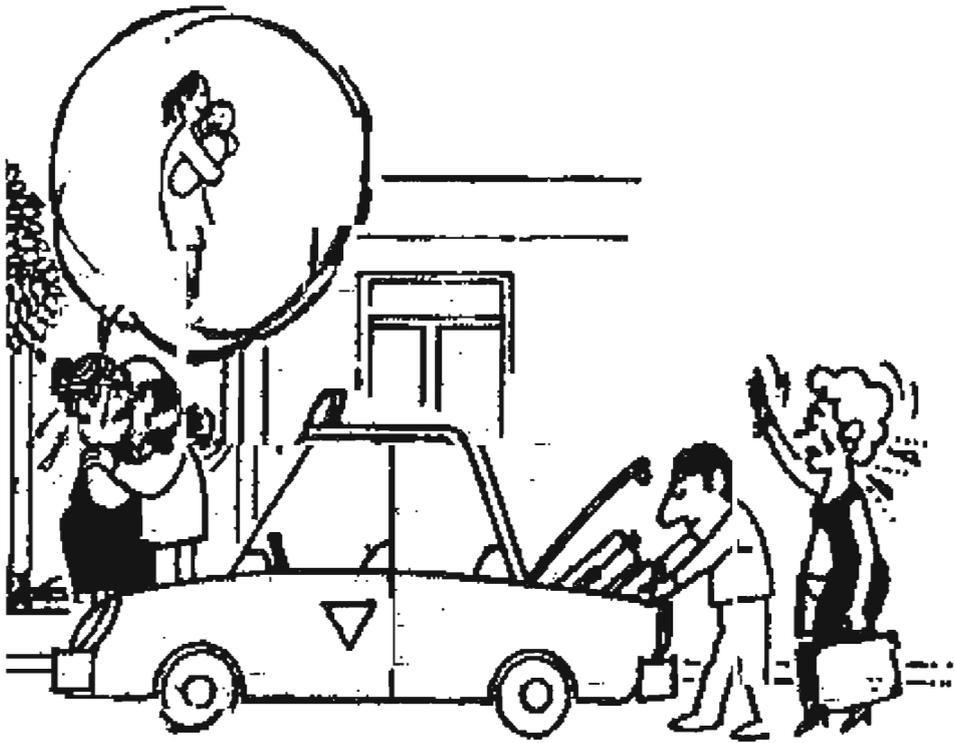
ETAPA 5



ETAPA 5



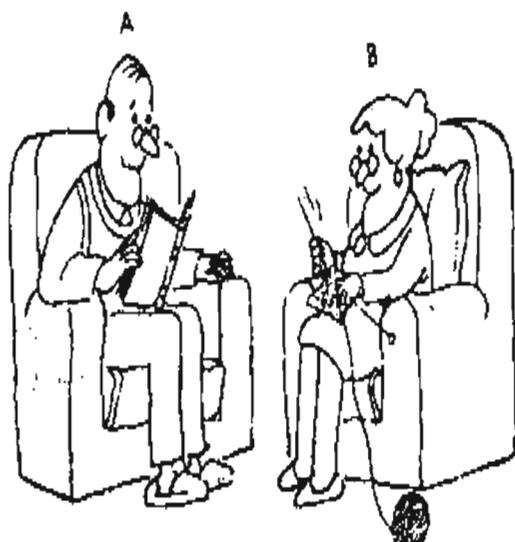
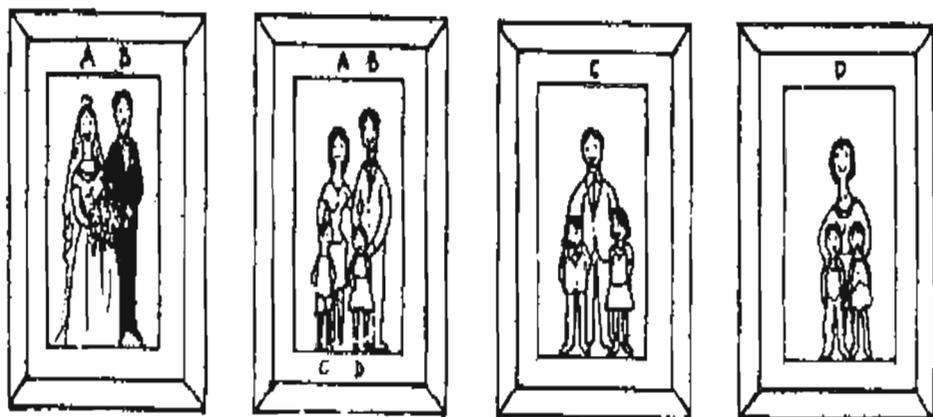
ETAPA 5



ETAPA 6



ETAPA 6



ETAPA 7

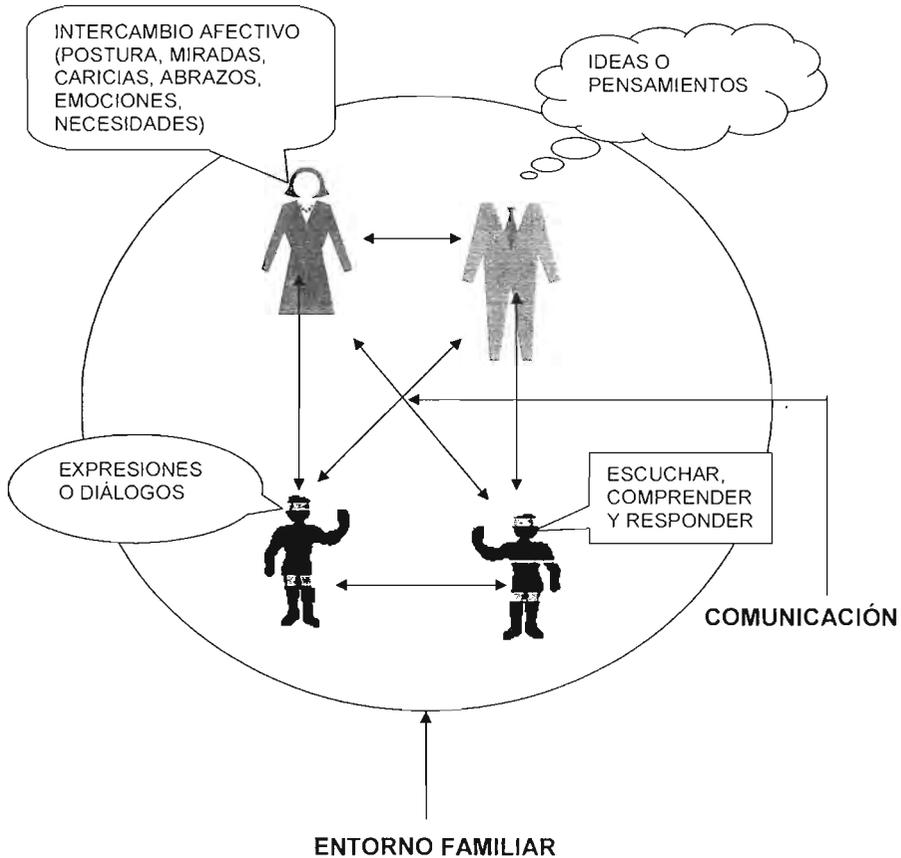


ETAPA 7



ETAPA 7

LÁMINA DE ELEMENTOS DE COMUNICACIÓN ENTRE PADRES E HIJOS



LA COMUNICACIÓN ENTRE PADRES E HIJOS

BIBLIOGRAFÍA

BIBLIOGRAFÍA:

- ABENGÓZAR, Ma. C., CERDÁ, C. y MELÉNDEZ, J.C. **Desarrollo familiar. Aspectos teóricos y prácticos.** Valencia, España: Promoción del Libro Universitario, 1999. 243 p.
- ACEVEDO, ALEJANDRO. **Aprender jugando 2. Dinámicas vivenciales para capacitación, docencia y consultoría.** México: Limusa, 1993.
- BELART, Ascensión y Ma. Ferrer. **El ciclo de la vida. Una visión sistémica de la familia.** Bilbao, España: Edit. Desclée De Brouwer, 1998.
- BECK, Aarón T. **Con el amor no basta.** México: Paidós, 1990. 449 p.
- BORNSTEIN, Philip H. y BORNSTEIN, Marcy T. **Terapia de pareja. Enfoque conductual- sistémico.** Madrid: Ediciones Pirámide, 1992. 205 pp.
- CASE, Patrick. **Yo me comunico, tú te comunicas.** Argentina: Lumen, 1990. 78 p.
- CASTILLO CEVALLOS G. **Los padres y la orientación profesional de sus hijos.** Pamplona: EUNSA, 1985.
- DAVIDSON, Alan y DAVIDSON, Robert. **Los secretos de los buenos padres. Como tener hijos equilibrados.** New York, USA: Medici, 1998. 301 p.
- DÍAZ MORFA, José. **Prevención de los conflictos en pareja.** Madrid: Narcea, 1998. 205 p.
- ELSNER V., Paulina; MONTERO L., Ma. De la Luz; REYES V., Carmen; ZEGERS P., Beatriz. **La familia: una aventura.** Chile: Alfaomega, 2001. 229 p.
- ELLIS, Richard y McCLINTOCK, Ann. **Teoría y práctica de la comunicación humana.** Barcelona: Paidós, 1993.
- GALLI, Norberto. **La pedagogía familiar hoy.** Barcelona, España: Herder, 1976. 320 p.
- GARCÍA PÉREZ, E. Manuel y MAGAZ LAGO, Ángela. **Aprendiendo a comunicarse con eficacia. Manual para padres.** Madrid: CEPE, 1995. 126 p.
- GIVAUDAN, Martha y PICK, Susan. **Yo papá, yo mamá.** México: Planeta, 1995. 167 p.

- ☐ GOOTMAN, Marilyn. **Guía para educar con disciplina y cariño**. Barcelona, España: Ediciones Medici, 1997. 239 p.
- ☐ ISAACS, David. **Dinámica de la comunicación en el matrimonio. Pautas de evaluación**. Instituto de Ciencias para la Familia, 1995
- ☐ LÓPEZ-BARAJAS ZAYAS, Emilio. **La familia en el tercer milenio**. Madrid, España: Universidad Nacional de Educación a Distancia, 1995. 248 p.
- ☐ MÁRQUEZ BARRADAS, Ma. Luz. **Manual de formación de padres**. Veracruz, México: Universidad Veracruzana, 1987. 71 p.
- ☐ MEDINA RUBIO, Rogelio. "La familia y la formación de las actitudes personales ante la vida". En: Emilio López-Barajas Zayas. **La familia en el tercer milenio**. Madrid: Univ. Nac. de Educ. a Distancia, 1995. 248 p.
- McDERMOTT, Patti. **Cómo hablar con su esposa; Cómo hablar con su esposo**. Edit. DINA, 1999.
- MONBOURQUETTE, Jean. **La comunicación familiar**. México: Trillas, 1996. 98 p.
- ☐ NARANJO OJEDA, Nicomedes. **¿Cómo es su familia?**. Bilbao, España: Ediciones Mensajero, 1997. 326 p.
- ☐ ORLICH, Donald c. Et al. **Técnicas de enseñanza. Modernización en el aprendizaje**. México: Limusa, 1995. 473 p.
- ☐ PICK, Susan; GIVAUDAN, Martha y MARTÍNEZ, Ángela. **Aprendiendo a ser papá y mamá**. México: Planeta. 194 p.
- ☐ **Programa de formación familiar**. Guanajuato, México: Rezza Editores, 2003, Tomo 2. 119 p.
- ☐ **Programa de formación familiar**. Guanajuato, México: Rezza Editores, 2003, Tomo 3. 120 p.
- ☐ QUINTANA CABAÑAS, José Ma. (Coord.). **Pedagogía Familiar**. Madrid. Narcea, 1993. 222 p.
- ☐ REICHLIM, Gail y WINKLER, Caroline. **Manual para padres**. Barcelona, España: Ediciones Oniro. 315 p.
- ☐ RODRÍGUEZ, Lizi. **Manual para el éxito familiar**. México: Planeta, 2001. 168 p.
- ☐ SATIR, Virginia. **Ejercicios para la comunicación humana**. México: Pax-México, 1991. 126 p.

- SATIR, Virginia. *Nuevas relaciones humanas en el núcleo familiar*. México: Pax-México, 1991.

PÁGINAS DE INTERNET:

- http://www.psicoplanet.com/temas/tema08_contenido.htm