



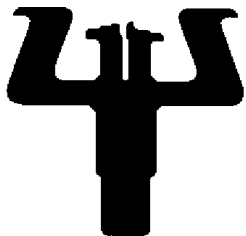
UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

FACULTAD DE PSICOLOGÍA

TALLER DE ORIENTACIÓN A PADRES CON HIJOS ADOLESCENTES QUE PRESENTAN ADICCIONES

T E S I N A

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE:
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA
P R E S E N T A :
ROGELIO HERNÁNDEZ Y JIMÉNEZ



**FACULTAD
DE PSICOLOGIA**

MÉXICO, D. F.

**DIRECTORA DE LA TESINA:
MTRA. ARACELI LAMBARRI RODRÍGUEZ**

FEBRERO 2011



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.

Introducción.....	4
Capitulo 1. La familia actual.	10
1.1.- Concepto de Familia.....	10
1.2. Tipos de padres y sus responsabilidades.	13
1.3. Modelos de Relaciones Interpersonales (PET, AT)	21
1.3.1. El Modelo de Padres Eficaces y Técnicamente Preparados (PET) 21	
1.3.1.1- Lenguaje de la no aceptación. (Gordon 1994).....	25
1.3.1.2.- Obstáculos.....	27
1.3.1.3.- El lenguaje de la aceptación (el silencio, respuestas de reconocimiento, el abre puertas, y la forma activa de escuchar).	30
1.3.1.4.- Habilidades de confrontación (mensajes yo, choque de valores, método de nadie pierde).....	32
1.3.1.5 Los valores en el contexto familiar.....	42
1.3.2. El modelo de Análisis Transaccional.....	44
1.3.2.1. Las transacciones.....	49
1.3.2.2.- Egogramas.	52
1.3.2.3.-Caricias.	53
Conclusiones	56
Capitulo 2. El adolescente contemporáneo.....	57
2.1.-Concepto	58
2.2.- Características de la adolescencia.	59
2.3.- Los problemas actuales de la adolescencia.	60
Conclusiones.	63
Capitulo 3. Las Adicciones.	64
3.1.- Concepto.	64
3.2.- Clasificación de las drogas y porcentajes de consumo.	65

3.3.- Factores de riesgo	68
3.4.- Factores de protección	72
Conclusiones	74
4.- Propuesta de taller.	75
Sesión 1	78
Sesión 2.....	79
Sesión 3.....	83
Sesión 4.....	94
Sesión 5.....	103
Sesión 6.....	110
Sesión 7.....	118
Sesión 8.....	124
Sesión 9.....	127
Conclusiones	133
Conclusiones generales.	134
REFERENCIAS.....	135
ANEXOS:	137
ANEXO 1	138
ANEXO 2.- CARTAS DESCRIPTIVAS.	143

Introducción

Apoyar a los padres como los actores centrales de una familia en la educación de sus hijos, es una de las tareas fundamentales de quienes se dedican al estudio del comportamiento humano, ya que estos actores son los constructores de personas que pueden ser física y mentalmente sanos, artífices de personas autónomas e independientes.

Los padres no siempre obtienen el éxito esperado por ellos mismos y la sociedad. Sintiendo tristeza, desilusión, con el corazón roto, buscando a quien culpar por los resultados obtenidos, sobre todo cuando sus hijos son adictos.

Llevar a cabo la impartición de un taller denominado “Orientación a padres con hijos adolescentes que presentan adicciones”, es un esfuerzo orientado a romper los hábitos adquiridos del modelo educativo que asimilamos en sus propios contextos familiares. Ese modelo educativo es similar o parecido al que usaron sus propios padres, que puede ir desde un modelo autoritario a muy permisivo y después alternan de un estilo a otro, es decir se mueven como péndulo. Este modelo de educación, u otros generalmente produce hijos desconcertados, enojados, sumisos, exasperados confundidos, irritados, resentidos con poca capacidad para resolver problemas y para enfrentar situaciones adversas, o sea seres vulnerables y propensos al consumo de drogas.

La tarea del padre no es fácil sobre todo en un contexto donde “las drogas están a la vuelta de la esquina, cerca de los centros escolares y en los hogares, sin que aparentemente haya fuerza capaz de terminar o frenar su distribución y venta” (Niños Adolescentes y las Adicciones 2005 p. V). en un contexto matizado por la inseguridad, robos, secuestros, desconfianza en las autoridades, sin suficientes fuentes de trabajo, donde ambos padres trabajan y donde la persona no vale por ser sino por el poseer, donde se manifiesta desconfianza y adhesión por conveniencia a las fuentes de poder representadas por los partidos políticos, en suma un mundo, turbulento donde el adolescente navega y en poco tiempo se va a incorporar y en donde se tiene que abrir camino.

Guiar u orientar a los padres, es una tarea prioritaria. Facilitarles las herramientas necesarias que les permitan generar confianza, y acercamiento entre ellos y sus hijos, donde el hijo se sienta comprendido, realmente apoyado, donde el padre se muestre como un ser humano, auténtico, franco y firme, donde diga lo que piensa sin ofender, y el joven desarrolle todo su potencial, en donde pueda ventilar sus diferencias en un ambiente de respeto y de común acuerdo y pueda navegar en ese ambiente turbulento.

Actualmente uno de los problemas que han cobrado mayor relieve es el de las adicciones, que es uno de los mayores peligros para las familias, porque las drogas roban lo mejor que tenemos, a nuestros hijos y con ellos sus ilusiones.

El joven de hoy y sus condiciones actuales sociales, tecnológicas, etc., son diferentes a las condiciones que se han dado a través del tiempo, y donde los retos de los padres en la educación de los hijos ha sido diferente.

A continuación se da un panorama histórico del nacimiento de la escuela para padres hasta nuestros días.

Rodríguez (1995) en su tesis "Escuela para Padres" comenta que en la antigua Roma, al padre se le consideraba como el dueño, con autoridad total sobre sus hijos, esposa, nietos, abuelos, sirvientes, a los que hacía trabajar para su beneficio. El casamiento de los hijos se consideraba como una operación comercial, que se celebraba para el beneficio de las partes. Por lo cual la orientación a padres era inconcebible o absurda.

Isambert. (1980, citado en Rodríguez 1995) en su libro La Escuela para Padres menciona una serie de sucesos evolutivos que dan pie a la importancia de orientar a los padres en la educación de sus hijos:

- Comenta que a finales del siglo XVII y durante el siglo XVIII varios autores se interesaron en el tema, por ejemplo, Loske (1693) manifestó que había sido consultado por gran número de padres que confesaban no saber cómo educar a sus hijos. En 1687 Walker publicó el libro "Sobre el deber de los padres de educar a los hijos" y en 1669 el marqués de Halifax escribió la "Advertencia a una hija casada por segunda vez".
- Mortimer (1709), afirmaba que la educación era como el aprendizaje de la obediencia, descartando toda iniciativa y decisión del hijo, durante tanto tiempo como fuera posible.
- En Francia, los avances legales del 20 de septiembre de 1792 destruyeron la autoridad absoluta, estableciéndose la igualdad entre los cónyuges.
- Rousseau en el siglo XVII en su obra Emilio analiza las deficiencias en la educación tradicional destacó que, los padres en general y las madres en particular deben participar en la educación de sus hijos en lugar de tutores o profesores privados y reprochó que éstos los menospreciaran, da énfasis en las interacciones las cuales tienen un poder educativo.

Aunado a lo anterior la obligación que tienen los padres de educar a sus hijos, por lo menos en el aspecto religioso, "El derecho divino de ser substitutos y los representantes de dios frente a sus hijos, los cuales le deben veneración y obediencia" (Rodríguez 1995).

Asimismo los avances científicos y las transformaciones sociales han dado pie a una postura de orientación a los padres en los diversos países como en Estados Unidos, que después de "concluir la primera guerra mundial la educación de los padres tomó un incremento realmente considerable, lo cual se debió al sostén financiero que le aportó en 1923 la fundación Rockefeller, para reforzar y acrecentar la ayuda efectiva hacia los padres e igualmente para formar especialistas en educación de los padres" Rodríguez (1995, p.63).

Bautista (2001, p.9) comenta que es en 1929 por iniciativa de la Sra. Verine se crea en Francia la primera Escuela para Padres. Posteriormente, debido a los estragos de 1ª. Guerra mundial, la vida social se encuentra perturbada y en consecuencia se desarticula el ambiente familiar, lo que genera que en 1964, se organice la Federación Internacional de Escuela para padres de familia (FIEP) con sede en Paris. La cual reúne a dieciséis naciones de Europa occidental, ocho países de África, 2 americanos y catorce latinoamericanos, incluyéndose a México. Entre los objetivos de la FIEP están:

- 1 fortalecer la educación en los valores.
- 2 atender los problemas derivados de la incorporación masiva de la mujer al sistema productivo.
- 3 evitar la orfandad y el desamparo infantil.

Antecedentes históricos en México.

En México la escuela para padres inicia en los años setenta, en el Hospital Psiquiátrico Infantil "Dr. Juan N. Navarro". En 1972 en el Instituto Mexicano de Asistencia a la Niñez de la S.S.A. (Bautista 2001).

La Asociación Científica de Profesionales para el Estudio Integral del Niño (ACPEINAC A.C.) se creó el 15 de julio de 1975 con los siguientes objetivos:

- 1 encontrar la solución a los problemas de salud física y mental del pequeño
- 2 proporcionar una educación a los padres.

En 1980 la Secretaría de Educación Pública implementa este proyecto dentro del área de educación inicial, preescolar y actualmente en toda la educación básica, así como a través de la Unidad de Atención a Padres y el programa "Sí para Nuestros hijos", que se trasmite por Red EDUSAT, de la televisión educativa.

El Instituto Nacional de Salud Mental (INSAME) del DIF, inicia labores en 1985 con su programa de Escuela para Padres.

En 1991 el canal Once del Instituto Politécnico Nacional inicia la transmisión del programa Escuela para Padres, idea original de la profesora Reyna Canales Valle. Dicho programa es transmitido en las escuelas del D.F. y en el Estado de México.

El Departamento del Distrito Federal, actualmente gobierno de la ciudad de México, inicia en 1995 a través de SOCICULTUR, el programa Escuela para Padres, bajo la coordinación del Lic. Marco Tulio González.

En la actualidad el IMSS, ISSSTE y otras organizaciones gubernamentales y no gubernamentales en el Distrito Federal y los diversos estados de la República Mexicana llevan a cabo este programa.

Por otro lado, los estudiosos de la conducta humana tienen una gran preocupación en ayudar, orientar o educar a los padres de familia en su rol. Como ejemplo se puede mencionar:

Esfuerzos en medios de difusión como el programa de televisión “Escuela para Padres” canal 34 conducido por el especialista en conducta Vidal Schmill Herrera, donde aborda diversos temas como: vencer las ansiedades/miedos y culpas del padre o madre; padres de familia obsoletos o caducos. Al respecto escribió entre otros libros “Disciplina inteligente” (2008), donde desarrolla éstos y otros temas. En dicho programa de televisión, los padres pueden formular preguntas y el especialista les da resolución. Asimismo recomienda diversos libros que puedan auxiliar al padre en su importante función.

El desarrollo de un programa de Escuela para Padres propuesto por Gervilla (2008, p.159) menciona que las relaciones afectivas y la armonía entre padres, madres e hijos juegan un papel primordial en el desarrollo cognitivo y social del individuo.

Dicho programa persigue entre otros objetivos:

- a) Desarrollar en los padres/ madres el autoconocimiento personal y de la pareja, solucionando conflictos y mejorando el clima familiar.
- b) Entrenar en habilidades sociales necesarias para afrontar las relaciones con sus hijos

El programa pretende dar orientación o guía a los padres para que sus hijos no se conviertan en drogadictos:

Polaino y de Heras (2001) señala como medidas preventivas las siguientes:

En primer lugar se puede prevenir que los hijos comiencen a consumir drogas a través del ejemplo personal adecuado acompañado con una educación en valores e intereses que se contrapongan a lo que el mundo de las drogas ofrece al niño o adolescente.

En segundo lugar, se trata de mantener una comunicación amplia y sincera con los hijos, con ello disminuyen las tensiones del núcleo familiar y las situaciones de aislamiento afectivo.

En tercer lugar, mantener una relación de convivencia amplia y conocer los principales efectos de las drogas. Con esta medida los padres pueden identificar los primeros momentos en los que el hijo está tomando contacto con las drogas.

Ahora bien si ya está instalada la dependencia, los padres pueden abordar el problema para intentar ayudar a sus hijos a romper la dependencia.

Carrillo (2004) en su libro “Consumo de drogas qué Hacer” (P. 85) se enfoca en guiar y apoyar a los padres en la educación de sus hijos. El autor incluye doce diferentes aspectos que se deben considerar en la dinámica familiar y que se influyen unos a otros. Marca la atención sobre aspectos específicos que se

deben corregir de los padres en la relación uno con el otro (de pareja), así como en la relación con sus familiares de origen y con sus hijos.

1. Autoestima.
2. Los roles familiares.
3. Las reglas de interacción familiar.
4. Facilitar la comunicación.
5. Funcionar en las relaciones de dos y de tres.
6. Clarificar límites familiares.
7. Formas de ejercer la autoridad.
8. Ejercitar el ser asertivo.
9. Cultivar el respeto por si mismo y por los demás.
10. Asumir la responsabilidad propia y evitar la de otros.
11. Hacia la individuación.
12. Ayudar a crecer.

En su libro “Padres eficaces y técnicamente Preparados (PET)”, el Dr. Thomas Gordon propone un modelo de relaciones humanas basado en dos principios: el de inconsistencia y el de la propiedad del problema; los cuales son la base de la aplicación de las técnicas adecuadas para ayudar al padre a crear o desarrollar a sus hijos en un ambiente familiar más sano.

El autor busca en su modelo desarrollar en el padre dos habilidades básicas: la habilidad de ayudar y la habilidad de confrontación a través de diversas técnicas, como la forma activa de escuchar, los mensajes Yo y manejo de conflictos, entre otras.

En el D.F se imparte el taller “Padres Eficaces y Técnicamente Preparados (PET)” por el Instituto Prekop y en el estado de México el Instituto de Psicología Aplicada A.C (IPSA) ambos certificados.

Otra aportación al tema es el libro Cómo proteger a tus hijos contra las Drogas del Centro de Integración Juvenil, está enfocado en guiar a los padres a través de tres sesiones de lecturas comentadas.

Como se ve hay una gran preocupación en ayudar, orientar o educar a los padres de familia en su rol, por lo cual:

El objetivo de este taller, objeto de este trabajo es:

Al termino del taller de “Orientación a Padres con hijos adolescentes que presentan adicciones” los padres manejarán algunas técnicas de comunicación para promover el desarrollo de sus hijos y mejorar el ambiente familiar.

El presente trabajo se estructura de la siguiente manera.

Se inicia el primer capítulo con el tema “la familia” considerada como una empresa donde deben crearse personas físicas y mentalmente saludables, amantes y auténticas. Para lo cual se señalan las responsabilidades de los padres y el modo de cumplirlas mejorando dos habilidades esenciales: la de ayuda y la de confrontación. Para este fin se muestran dos modelos de comunicación que les facilite el desarrollo de sus hijos y mejorar el ambiente familiar como el de tomar conciencia de su estilo disciplinario y de las características de su personalidad.

En la segundo capítulo se aborda el tema “el adolescente” donde se consideran los cambios físicos, cognitivos y socio emocionales; sus características y los problemas actuales a los que se enfrenta en un contexto turbulento y sin embargo impulsado a integrarse en él, apoyándose en las primeras relaciones con figuras paternas para definir su identidad.

En el tercer capítulo se revisa el tema de “las adicciones”, la clasificación de las drogas y el porcentaje de consumo de estas ya sea legales o ilegales, se mencionan diversos factores de riesgo ya sean personales, del entorno y familiares que hacen que una persona se inicie en el consumo, como diversos factores de protección que nos ayudan a defendernos de las drogas.

Finalmente como cuarto capítulo, se presenta como anexo, el manual del participante que es una propuesta de taller dirigida a los Padres de familia que asisten al Centro de Integración Juvenil que se impartirá en 9 sesiones con tres horas cada una, donde los padres aplicarán algunas de las técnicas de comunicación que les permita promover el desarrollo de sus hijos y mejorar el ambiente familiar.

Capítulo 1. La familia actual.

Introducción.

La familia es el grupo social o una empresa donde los padres de acuerdo a su estilo disciplinario construyen a través de la comunicación adecuada un ambiente de confianza, respeto, ternura donde los hijos pueden convertirse en seres independientes, autónomos felices; también pueden construir un ambiente, frío, distante, de desconfianza, de ofensas, desarrollando hijos inseguros, temerosos, ansiosos resentidos e infelices.

Por lo cual se abordan diversas concepciones de: lo que se entiende por familia; los estilos disciplinarios de los padres entre otros el autoritarismo, la sobreprotección etc.; las responsabilidades que adoptan en la educación de sus hijos; los dos modelos de relaciones humanas orientados a facilitarle a los padres las habilidades de aceptación para que puedan ayudar a sus hijos a resolver sus problemas y los padres puedan expresar de modo sincero y sin ofender los sentimientos que les provoca las conductas de sus hijos sin ofender u humillar; finalmente se muestra la importancia de las caricias en las relaciones interpersonales, como el autoconocimiento por medio de la creación de un perfil funcional de su personalidad que le permita ser sensible a los cambios para cumplir con sus responsabilidades de padre.

1.1.- Concepto de Familia

La familia es el nombre con que se ha designado a una organización social.

La palabra familia proviene de la raíz latina “fámulos” que significa sirviente o esclavo. En la estructura romana la familia era regida por el “páter” quien era dueño de esclavos y criados y condensaba todos los poderes, incluidos el de la vida y la muerte, no solo de sus esclavos sino también sobre sus hijos. (Gervilla, 2008). Por su importancia en el desarrollo de la persona, la familia evoluciona para adaptarse e integrarse a su entorno social, económico, educativo. Influye y es influida por su medio.

Gervilla (2008 p. 13-15) hace referencia a definiciones de familia considerando a diversos estudiosos:

- “Como una pareja u otro grupo de parientes adultos, que cooperan en la vida económica y en la crianza y educación de los hijos” (Gough, 1971).
- “Unidad cooperativa que se encarga de la supervivencia, el cuidado y la educación de los hijos” (Olavarrieta, 1976).
- La Organización Mundial de la Salud (OMS) dice que entiende por familia “a los miembros del hogar emparentados entre sí por sangre, adopción y matrimonio, hasta un grado determinado”.
- El diccionario de la lengua española señala que debe entenderse por familia “al grupo de personas que viven juntas. bajo la autoridad de una de ellas. Conjunto de ascendientes, descendientes, colaterales y afines de un linaje”
- Minuchin (1979) dice que la familia es “La unidad básica de desarrollo y experiencia, de realización y de fracaso. Es también la unidad básica de la enfermedad y la salud.”

- Gervilla, considera que la familia es “el grupo en el cual el individuo desarrolla sus sentimientos de identidad y de independencia, el primero de ellos fundamentalmente por el hecho de sentirse miembro de una familia y el segundo, por el hecho de pertenecer a diferentes subsistemas intrafamiliares y por su participación con grupos extrafamiliares”.
- En la actualidad podemos entender a la familia como la unión de un hombre y una mujer, dos hombres o dos mujeres, casados por la iglesia o por lo civil o no casados, con una estabilidad permanente. La realidad es que actualmente carecemos de un modelo, poseemos tantos que se hace difícil un acuerdo (Gervilla, Barreales y Galante, 2001).

Rodríguez (1995) en su tesis denominada “escuela para padres”, hace una recopilación de varios conceptos de familia, entre los cuales se pueden mencionar:

- De Escardo (1974). “La familia es un mecanismo biopsicosocial cuya función más típica es dar a sus componentes, y en especial a los niños que en ella crecen una suficiente seguridad afectiva que les permita un equilibrio emocional eficaz”.
- Satir (1978), considera que la familia es el lugar donde deben crearse personas física y mentalmente saludables, sensibles, amantes, auténticas, creativas y productivas. Seres que se basten así mismo, que puedan amar profundamente y pelear en forma justa y efectiva, que sepan conciliar su propia ternura con su fuerza, conocer la diferencia entre ambas y luchar tenazmente para lograr sus objetivos.
- Macías (1981) considera que la familia es “la unidad básica social que permite al hombre ser y subsistir. La familia constituye el sistema más importante para el desarrollo psicológico individual, la integración emocional y el desarrollo de la autoestima”.

En suma el común denominador de estas definiciones de familia es: una unidad social, de carácter cooperativo, donde se hace crecer, madurar y se busca la autonomía del hijo así como la integración de este en la sociedad.

Estos propósitos de hacer crecer, madurar y el de buscar la autonomía del hijo puede verse afectada por muchos factores entre otros los económicos, educativos, y también tecnológicos. (David Sola 2002). Indica que los cambios en el contexto socioeconómico durante las últimas décadas han provocado un deterioro progresivo de muchos patrones de comportamiento y pautas socioculturales fundamentales para el equilibrio familiar y psicológico, así mismo los propios valores que predominan en nuestra sociedad tales como la competitividad, el culto al triunfo y a la riqueza, el consumismo, el individualismo, la falta de solidaridad, han substituido a algunos valores que anteriormente marcaban otras directrices a nivel personal, familiar y social.

Sola (2002) dice que los padres actualmente están muy ocupados y tienen poco tiempo para dedicar a los hijos. Se ven obligados a trabajar intensamente para poder adquirir lo básico y lo superfluo que aparentemente da una mejor calidad de vida, aunque lo esencial se pierda en el camino. Comenta que la

influencia de factores externos, como la televisión es muy relevante, siendo más importante que la comunicación que se pueda establecer en la misma. Comenta que gracias a este medio los menores conocen el mundo adulto, sin haberlo vivido, ni asimilado de forma adecuada y eso distorsiona de manera negativa su proceso de maduración personal.

Los videojuegos e Internet, constituyen uno de los principales medios recreativos, los videojuegos evitan la comunicación familiar y la convivencia entre los integrantes de la familia. En suma los factores externos irrumpen en la familia e interfiere en sus relaciones y en el proceso educativo de los hijos.

Gervilla (2008) comenta que actualmente las familias están evolucionando, y están siendo influenciadas por una variedad de factores que han llevado a su fin a la familia patriarcal entre algunos están:

1. El acceso de las mujeres al sistema educativo en todos los niveles.
2. El nacimiento y desarrollo del feminismo.
3. La incorporación de la mujer al mundo laboral.
4. El aumento de la participación en la vida política.
5. La creciente importancia de la educación y el aumento de la autonomía de los niños.

Adicionalmente encontramos una serie de sucesos entre otros:

1. El incremento de las familias monoparentales.
2. Una progresiva pérdida de la autoridad del padre.
3. Aumento de la cohabitación y de los hijos nacidos fuera del matrimonio.
4. Reconocimiento social de las familias homosexuales etc.

Aunado a lo indicado hay una serie de reformas legislativas sobre la igualdad de oportunidades entre hombres y mujeres que inciden en las familias tradicionales.

Nace pues una familia nueva que no tiene el peso de las convicciones y las costumbres de antaño. En este nuevo tipo de familia, el matrimonio se concibe como un contrato que se asume libremente sin la obligación de que dure hasta la muerte de uno de los contrayentes.

Hasta hace poco la inmensa mayoría de las parejas de heterosexuales formaban un matrimonio que tenía como objeto social la creación de la familia y plasmaba sus intenciones legalmente en un contrato matrimonial.

Actualmente, ninguna de las dos cosas es necesaria para que un entorno social considere que dos personas constituyen una pareja, muchas parejas no tienen la intención de formar una familia, y no plasman su relación por medio de un contrato explícito. Se supone que el objetivo implícito con el que cada miembro se incorpora a la pareja es hacer la vida más feliz y plena al otro y recibir un trato análogo. Para ello intercambian conductas y comparten desde un punto de vista social una serie de bienes y actividades, algunos de estos son: el cuerpo, los bienes de consumo, el prestigio social los amigos, mayor libertad para tener momentos de esparcimiento.

1.2. Tipos de padres y sus responsabilidades.

Schmill (2004, p. 163) plantea: que como padre o madre de familia puedes adoptar diversos estilos disciplinarios (Sobreprotección, Amaestramiento o Educación Asertiva). Estos estilos en ocasiones oscilan de una manera brusca y en otros casos se quedan estacionarios como si fueran parte de la personalidad de los padres, muchas personas dicen:

“Así soy”, “soy muy duro con mi hija porque así me hicieron mis padres “o soy muy débil y no puedo hacer nada...”

Tales expresiones, manifiestan una falta de voluntad para cambiar la propia conducta y se justifican achacándosela a la herencia o a supuestas causas totalmente indefinidas, en muchas ocasiones se culpa a los demás y no se hace ningún esfuerzo para cambiar lo que está mal en la forma de educar.

El autor Considera que la forma de actuar es producto de una elección, y por lo cual modificable y a pesar de la costumbre por medio de la conciencia y voluntad, se puede cambiar y plantearse entonces metas para mejorar las relaciones con los hijos. Por lo cual los estilos disciplinarios son formas que se eligen para ejercer la disciplina en la familia. Hace énfasis en la importancia del cambio de hábitos para disciplinar a los hijos, ya que no se tiene que actuar conforme patrones de comportamientos que asumieron sus propios padres, ya que estos hábitos pueden cambiarse. Ha acuñado un nuevo verbo: “pendular”. Los padres se mueven mucho en forma de péndulo en su quehacer cotidiano como padres.

En la figura 1, en el extremo derecho vemos a los padres demasiado duros, que son mandones e inflexibles: establecen normas y exigen que se cumplan estrictamente, con castigo físico incluido, si es necesario. Son el tipo de gente “del cierra la boca y haz lo que se te ordena”. Cuando un padre de familia persigue la obediencia como objetivo primordial, esta amaestrando a su hijo (a).

En el otro extremo del péndulo están los padres demasiado blandos. Los cuales no les dan indicaciones a sus hijos y son permisivos a más no poder. Lo importante es demostrarles cariño, mucho cariño.

La verdadera educación radica en colocarse en el punto medio: ni amaestrar, ni sobreproteger, sino educar asertivamente, enfatizando los valores que sustentan las decisiones como padre o madre de familia. En este caso no se obsesiona el padre con la obediencia ni tampoco en el chantaje como arma principal de manipulación.

En el amaestramiento, se aplica el tradicional sistema de premios y castigos que únicamente condiciona conductas reactivas, pero no forma personas con valores. Y al sobreproteger simplemente no se aplica ningún sistema, ya que se teme traumar a los hijos por lo cual no se fija límites, ni se les dice algo.

En la sobreprotección la actitud característica es: no se lastima a las personas, no se atacan los problemas. Lo que significa que los hijos pueden abusar del padre. Con esta actitud los padres no quieren tener un choque con su hijo y

por lo tanto su postura es blanda ante los problemas que éste le ocasiona con su conducta. El hijo abusa de la debilidad del padre y cada vez se hace más exigente, indica que si el padre hace todo por sus hijos, estos no aprenderán a vivir sin él, y se darán cuenta de que no son capaces de enfrentar situaciones elementales en las que tengan que decidir por si mismos.

En el amaestramiento la actitud característica es: se lastima a las personas, se ataca los problemas. En esta postura el padre ofende al hijo al intentar resolver un problema, generando serios conflictos en la relación y provocando una fuerte carga de resentimiento por asuntos que no son tan importantes. Los resultados son la obediencia a base de golpes e insultos al hijo ante un problema que no ameritaba tanta fuerza.

Los hijos detectan la conducta que más molesta al padre y la repiten insistentemente. (Si le molesta mucho que no coma, el hijo no comerá; si le molesta mucho que hable como chiquito así lo hará). Tales comportamientos son una forma de atacar por el modo en que se educa.

El punto medio es la educación asertiva. Con esta actitud: No lastima a las personas, ataca los problemas. Se es asertivo, es correcto el uso de la autoridad. Es un estilo de autoridad que hace crecer a los hijos, ya que les da cariño y apoyo, pero establece límites y los hace cumplir. Con este modelo se trata de persuadir para que los hijos se comporten adecuadamente antes de que los padres usen la fuerza. Establecen reglas, pero no son rígidas, podrán cambiar y evolucionar según las necesidades, opiniones y negociaciones con los hijos.

Péndulo disciplinario de los padres
Estilos

ACTITUD CARACTERISTICA DEL ADULTO SOBREPOTECTOR: No lastima a las personas No ataca los problemas ÉNFASIS EN EL CHANTAJE MIEDO A EDUCAR.	ACTITUD CARACTERISTICA DEL ADULTO EDUCADOR. No lastima a las personas Ataca los problemas ENFASIS EN LOS VALORES CLARO Y CONSISTENTE AL EDUCAR.	ACTITUD CARACTERISTICA DEL ADULTO AMAESTRADOR Lástima a las personas. Ataca los problemas. ÉNFASIS EN LA OBEDIENCIA. Sobre reacción y exageración.
Da al hijo libertad de expresión de las emociones y la conducta SIN TOMAR EN CUENTA A LOS DEMAS, dejando que el hijo haga lo que desee sin límite o haciendo las cosas por él.	Libertad de expresión de las emociones y la conducta. TOMANDO EN CUENTA A LOS DEMAS a través de la comunicación asertiva, procesos de negociación	Represión al hijo en la expresión de las emociones y la conducta a través del maltrato físico y/o psicológico

<p>SIN SISTEMA DISCIPLINARIO Posibles consecuencias:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Inutilidad para tomar decisiones y resolver su propia vida. • Inadaptación social debido a la imposibilidad para aceptar límites ni tener tolerancia a la frustración. 	<p>SISTEMA DISCIPLINARIO DE CONSECUENCIAS Posibles consecuencias :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Confianza en si mismo. • Capacidad afectiva. • Enfoque constructivo y de contribución hacia la sociedad. 	<p>SISTEMA DISCIPLINARIO DE PREMIOS Y CASTIGOS Posibles consecuencias :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Agresividad patológica • Sumisión temerosa • Problemas de autoestima • Inadaptación social debido a que intenta vengarse o a su rebeldía patológica.
---	--	--

Fig. 1 El péndulo disciplinario (tomado de Schmill, 2004 p. 172)

Una manera de fomentar una relación cálida amorosa es considerando los siguientes puntos.

- 1 Dándole un trato de respeto, digno, limitándolos cuando ellos no actúan de una manera digna y respetuosa.
- 2 Tratándolos como personas capaces de resolver sus problemas y de enfrentar sus propios retos de acuerdo con sus respectivas edades.

Schmill (2004 p.p. 176 y 177), menciona que hay dos variables que determinan el estilo disciplinario. La firmeza y la benevolencia, la combinación de ellas nos conduce a diferentes estilos disciplinarios.

La firmeza es la estabilidad, equilibrio, fortaleza para poner límites y hacer que se cumplan.

La benevolencia significa tener buena voluntad, afecto, bondad.

Derivado de la combinación de estas variables encontramos cuatro sectores o estilos disciplinarios en la Matriz Estilos disciplinarios de Paul Hauck. Fig. 2

A continuación se describen los cuatro estilos disciplinarios:

1.- Sector I Alta Firmeza, baja benevolencia. Amaestramiento.

Con este estilo el padre está buscando la obediencia como prioridad principal. Desea que le obedezcan a como dé lugar y se auto justifican en frases como “ya me lo agradecerán cuando crezcan y entiendan”. Schmill (2009 p. 179). Este estilo es generador de temor profundo, de culpabilidad y resentimiento. La firmeza sin benevolencia se manifiesta como dureza con las personas y dureza para resolver problemas, es decir impone límites recurriendo a la rudeza innecesaria. Los resultados son padres dictadores con hijos obedientes con temor, resentidos. El miedo a ser censurados los hace vivir una mentira que dura toda la vida, no se atreven a ser ellos mismos, se convierten en esclavos de las costumbres.

2.- El estilo del sector II (Alta benevolencia, baja firmeza). Por lo general los padres dicen que utilizan el amor como justificación para no poner límites a los hijos ante las conductas inaceptables. Se auto justifican diciendo “que los aman tanto que no son capaces de negarles algo” Schmill (2009 p. 181). Con este estilo el padre se siente frustrado y el hijo abusa del padre. Este equivale en el extremo a la sobreprotección del péndulo disciplinario.

Este estilo se manifiesta como suavidad con las personas y suavidad ante los problemas. por lo que no conduce a resolver nada y además propicia que abusen del padre , pues el resolverle la vida al hijo , este no sabrá cómo hacer frente a las dificultades que tendrá en su propia vida, por lo que generará cierto grado de inutilidad.

Estos padres generan hijos con poca tolerancia a la frustración, con dificultades para socializar (ya que el mundo no gira alrededor de ellos) hijos dictadores, egocéntricos con padres obedientes.

3.- Sector III. Baja firmeza/baja benevolencia. Indiferencia. Este estilo es un indicador de apatía, indiferencia hacia los hijos, probablemente el padre se encuentre en el pozo de la depresión, en un marasmo que le impide ocuparse de los demás, ya que no es capaz de ocuparse ni de él mismo.

Es característico de este tipo de perfil que el padre procura dejar encargados a los hijos con familiares o amigos por periodos prolongados, ya que se siente abrumado para hacerse cargo de ellos.

Cuando este tipo de padres se ven demandados por afecto o bien por atención emocional los padres reaccionan con accesos de furia y maltratan a sus hijos o sea no me molestes, propiciando así la falta de cuidado, de abandono, de cumplimiento escolar y ocasionándoles serias carencias alimenticias.

También esta indiferencia hacia los hijos puede deberse además de la depresión, a que los padres juzgan que los hijos les estorban para alcanzar sus objetivos económicos, profesionales o para desenvolverse socialmente y por lo tanto no le dedican tiempo.

4.- Sector IV. Benevolencia con firmeza. Educación.

En este estilo el padre está orientado al crecimiento y desarrollo del hijo. Este es el anhelado punto medio en el péndulo disciplinario. Se manifiesta como suavidad con las personas y dureza frente a los problemas. Actuando los padres de esta manera resuelven los problemas, y son capaces de conservar el respeto y la dignidad propia del hijo.

Mantenerse en este estilo implica que el padre necesita ser congruente y consistente, es decir que los hijos sepan con claridad a que atenerse con él.

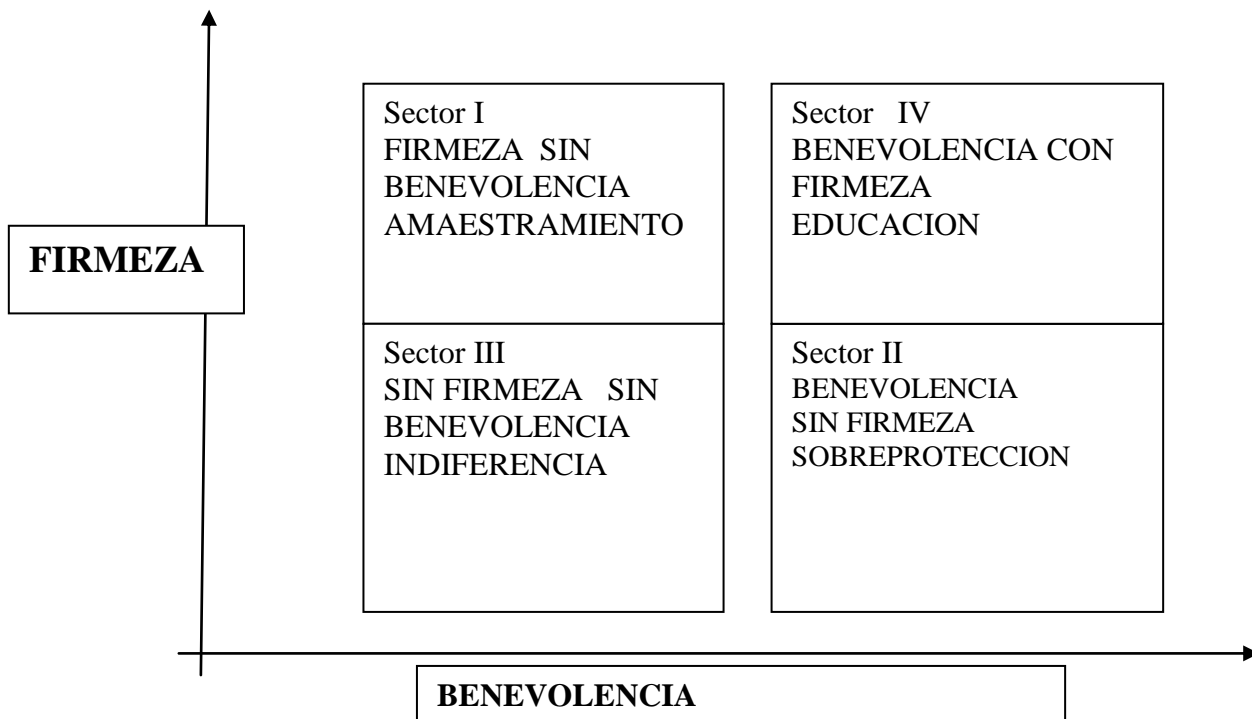


Fig.2. Estilos Disciplinarios

Dice Schmill (185) que es muy desconcertante el educar en base al estado de humor. Hay conductas que las acepta si esta de humor y no las acepta si esta de mal humor Este tipo de educación dependiendo del estado de humor la denomina educación hormonal, lo cual no logra ningún resultado positivo. Considera que en la vida hay limitaciones y tanto nosotros como los hijos debemos reconocerlas. Ya que dentro de estas existe la libertad. Por lo cual afirma que sin límites no hay libertad hay confusión.

Entre algunas de las sugerencias a los padres para preparar /reparar el terreno para una disciplina inteligente menciona:

1. Tratar de ser congruente, actuado tal y como dice que debe actuar.
2. Escucha y trata de comprender más desde la perspectiva de tu hijo, no sólo desde la postura del padre.
3. Emitir opiniones aclarando que sólo son opiniones. No eres el dueño de la verdad única.
4. Clarificar los valores prioritarios de la casa y las reglas que de ellos se derivan. No corrijas según tu humor del día o del momento.

5. Enfatizar las habilidades de tus hijos, ayúdalos con lo que les cueste trabajo, pero refuerza más aquello en lo que son hábiles, para que sean mejores.
6. Tener paciencia para que tu hijo haga las cosas a su manera y no como tus esperas que las haga.
7. No pegar, no ofender, no burlarse de él, ni lo insultes. Respeta siempre su dignidad.
8. Mostrar tu afecto. Manifiéstale de alguna manera clara que lo amas sin condiciones. Reconócelo por ser, no solo por una buena conducta.
9. No manejarlo con chantajes o culpándolo. La culpa solo produce remordimiento pero no genera conductas de cambio constructivo.

En el libro Premios en Memoria de Eric Berne (1971-2008) en el tema Autorreparentalización “Teoría y Proceso” de Muriel James (1983) se hace referencia y describe a una serie de padres que a continuación se indican y que interfieren en la autonomía es decir el desarrollo y crecimiento del hijo:

1. Exageradamente críticos.
2. Sobre protectores.
3. Inconsistentes.
4. Discutidores o conflictivos.
5. Desinteresados.
6. Superorganizados y
7. Exageradamente necesitados emocionalmente.

Los cuales a continuación se describen:

1.- Padres exageradamente críticos.	2.- Padres sobre protectores.
-------------------------------------	-------------------------------

<p>Dicen cosas como: eres un entupido, tú nunca vas a llegar a ser nada o ¿Qué no puedes hacer nada bien?, o piérdete, desaparece. Indica que una persona con un estado del yo Padre, (considerándose a éste como un sistema de pensamientos, sentimientos y conducta adoptado o incorporado de las figuras parentales), repite este modelo o lo manifiesta en sus relaciones interpersonales usando las mismas palabras. (Premios en Memoria.... p.136-138).</p>	<p>Estos dicen cosas como “yo te llevaré siempre que llueva”, “déjame hacerlo por ti”, “no te preocupes yo me haré cargo de todo”. Indica que cuando estas personas están en su estado del yo Padre una persona que tubo padres sobre protectores actuará “meloso” tanto con otros adultos como con los niños.</p>
---	--

<p>3.- Padres inconsistentes.</p>	<p>4.- Padres discutidores o conflictivos.</p>
<p>Estos dicen una cosa un día y otra diferente al día siguiente, un día pueden decir estoy preocupado por ti, debes volver a casa temprano y al otro día decir no me importa lo que hagas, déjame solo.</p>	<p>Estos discuten sobre muchos temas: el trabajo, la educación, el dinero, el tiempo libre, y hasta como criar a los hijos etc. Las discusiones pueden estar matizadas con gritos, insultos, o calmadas o racionales, o amargas y crueles. Los hijos de estos padres adopta algunas veces la postura de uno de sus padres y luego la del otro., o buscar una pelea como lo hacían sus padres.</p>
<p>5.- Padres desinteresados.</p>	<p>6.- Los padres superorganizados.</p>
<p>Son aquellos que están mucho tiempo fuera de casa o que cuando están no escuchan o no comparten sus sentimientos e ideas. Son también aquellos que se aíslan en un cuarto o taller o con una actividad y que dicen cosas tales como “no me molesten estoy ocupado” o aquellos que actúan como maestros de mente ausente, que se olvidan de los cumpleaños y otras ocasiones especiales. Los hijos de estos padres actuarán distantes cuando estén en su estado del yo Padre aislándose y mostrándose desinteresados como lo fueron sus padres.</p>	<p>Estos procesan datos continuamente, frecuentemente no muestran ternura o impulsos como niños, así como tampoco conductas parentales críticas o nutritivas. Los hijos de estos padres cuando están en su estado del yo Padre, son muy organizados en ellos mismos y esperan lo mismo de otros.</p>

Los padres exageradamente necesitados emocionalmente.

Continuamente esperan ser cuidados o que los animen o los hagan felices, o ser criticados y perdonados. Tales padres a menudo manipulan a sus hijos para que tomen roles parentales en el hogar. Los hijos de estos papás cuando están en su estado del yo Padre, expresan necesidades emocionales similares a las de sus padres.

Con relación a las responsabilidades o tareas de los padres de familia son las siguientes:

Kertez (1977 p. 19) indica que las funciones del Padre son:

- 1 Educar.
- 2 Proteger.
- 3 Alimentar.
- 4 Moralizar (enseñar a distinguir lo bueno y lo malo).
- 5 Servir de modelo para ser padre o madre.
- 6 Dirigir y controlar a los demás.
- 7 Enseñar a vivir en sociedad.

Rodríguez (1995) menciona las funciones de la familia considerando los enfoques de diversos estudiosos.

Escardo (1974) menciona las siguientes:

- Proporcionar a los hijos la noción firme y vivenciada de la sexualidad, según el canon social que le corresponda. (educar sexualmente).
- Dar al niño la seguridad afectiva primaria sobre la que ha de estructurar toda su vida anímica posterior (dar afecto, aprecio, reconocimiento o caricias).
- Vincular y adecuar al individuo con la sociedad y sus pautas. (socializar).

Macías (1981) considera que las dos funciones de la familia son:

- Asegurar la convivencia humana (convivir y compartir).
- Por desarrollar lo humano del hombre que se origina y se desenvuelve en ella. (humanizar).

Akerman (1974) dice que:

- La tarea de la familia es socializar al niño y fomentar el desarrollo de su identidad (humanizar y desarrollar identidad).
- Proveer alimento, abrigo y otras necesidades materiales que mantienen la vida. Proveen protección ante los peligros externos (alimentar).
- La provisión de unidad social, que es la matriz de los lazos familiares (pertenencia).
- El despliegue de la identidad personal ligada a la identidad familiar (identidad y orgullo familiar).
- .Moldeamiento de los roles sexuales.

- Ejercitación para integrarse en roles sociales y aceptación de la responsabilidad social.
- Fomento del aprendizaje y apoyo de la creatividad e iniciativa individual.

1.3. Modelos de Relaciones Interpersonales (PET, AT)

1.3.1. El Modelo de Padres Eficaces y Técnicamente Preparados (PET)

Gordon (1978) considera que es necesario que los padres conozcan los principios del Modelo para aplicar con eficiencia las técnicas. Tal aseveración se basa en sus observaciones de padres que inician en sus cursos de PET, ya que éstos aunque ya conocían ciertos libros sobre educación a hijos y tenían ciertas habilidades, no sabían cuando aplicarlas. Aunado a lo anterior, en las entrevistas que llevó a cabo con los padres que tomaron el curso, éstos aseveraron que les dio la comprensión de cuando aplicar cada técnica.

Indica que la teoría PET es una teoría general que se aplica a todas las relaciones humanas: esposo-esposa, jefe-subordinado, maestro-alumno, abogado-cliente, amigo-amigo, padre e hijo.

Considera que los padres son universalmente bilingües, ya que emplean un lenguaje para las personas y otro para los hijos. Ya que si un amigo tira y rompe un plato la mayoría de los padres no desearía que su amigo se sintiera avergonzado o culpable, y le dirían “no te preocupes por el plato fue un accidente”. Sin embargo si su hijo de ocho años tira el plato escucharemos otro lenguaje como ejemplo “maldita sea, ya rompiste el plato, ¿porque tienes que ser tan descuidado?, ¿no puedes fijarte en lo que haces?”.

Dice que no ha sido fácil que los padres acepten que los niños también son personas y que lo que sucede en las relaciones padre-hijo puede explicarse mediante los mismos principios que se aplican para otras clases de relaciones humanas.

Los padres para que hagan un cambio substancial en su esquema de paternidad han tenido que realizar cambios drásticos en sus enfoques:

- Empezar a verlos como personas.
- Empezar a aceptar que la forma en que sus hijos se comportan, se determina en gran medida por lo que sucede en la relación padre-hijo.
- Entender algunos principios básicos sobre todas las relaciones interpersonales.

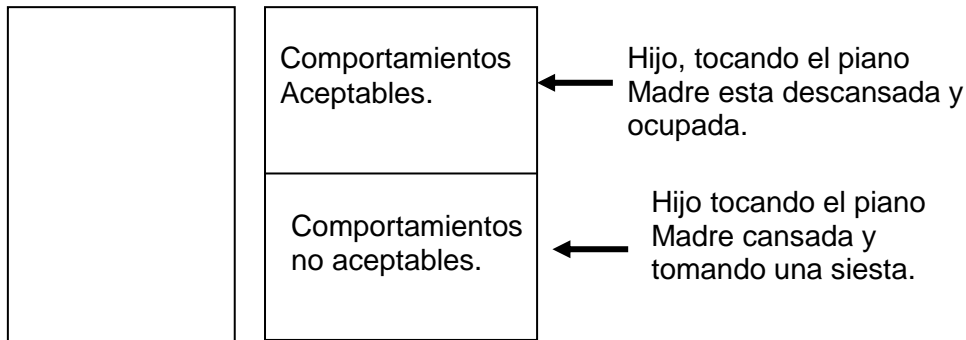
Los principios en que se sustenta el modelo PET son:

1. El de inconsistencia.
2. Propiedad del problema.
 - 1.- El principio de inconsistencia

Los padres fluctúan en sus actitudes y comportamientos hacia sus hijos por:

- A.- Sus propios estados de ánimo.
- B.- Por las características del niño o su personalidad.
- C.- Por la situación.

Este principio ayuda a los padres a comprender que es inevitable que sean inconsistentes. Al respecto se les pide a los padres que visualicen un rectángulo o ventana a través del cual vean los comportamientos de su hijo. Después les enseña como cada rectángulo contiene dos clases diferentes de comportamiento: Aceptable y No aceptable.



Son tres los factores a tomar en cuenta en el principio de inconsistencia:

- 1 A.- Con relación al estado de ánimo da un ejemplo: “Si la madre esta descansada y haciendo algo que le satisface el ruido en el piano de la hija no le molesta, sin embargo ese mismo comportamiento será inaceptable si la madre está cansada y trata de tomar su siesta”.

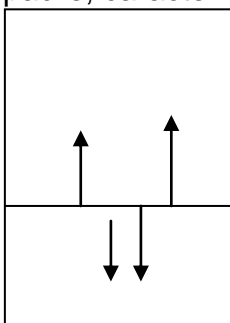
Hay días en los cuales el área de aceptación de los padres es muy amplia, todo les parece maravilloso y nada les molesta. Y hay otros en los cuales el padre puede estar deprimido, preocupado y todo parece estar saliendo mal, en un día así, casi cualquier cosa que haga el niño le parecerá no aceptable. Por consiguiente dice que es inevitable que los padres fluctúen de aceptación a no aceptación respecto a la conducta de sus hijos.

Aceptar esa fluctuación dice, le ayuda al padre a desechar el sentimiento de culpabilidad que le produce la inconsistencia y a aceptar después de todo que son seres humanos con diferentes estados de ánimo.

- 2 B.- Con relación a las características del niño indica que algunos niños que ha conocido tenían tal simpatía y encanto que por lo general aceptaban casi cualquier cosa que hicieran y por el contrario hay niños que por sus características particulares sus comportamientos no eran aceptables.
- 3 C.- Respecto al ambiente indica que muchos comportamientos pueden parecer aceptables si se dan en el contexto apropiado, como jugar fot bol en el parque y no aceptables en la sala.

En suma Gordon (1994) indica que todos los padres influidos por los tres factores estarán experimentando continuamente inconsistencia en la actitud y comportamiento hacia sus hijos. Así mismo indica que es inevitable que se sea inconsistente de un día para otro con sus diferentes estados de ánimo, con los diferentes hijos y en distintos ambientes. Por lo cual afirma que si se acepta este principio se eliminará gran parte de su ansiedad.

Fluctúa la aceptación en función de los tres factores: estado de ánimo del padre, características del niño y la situación o circunstancias.



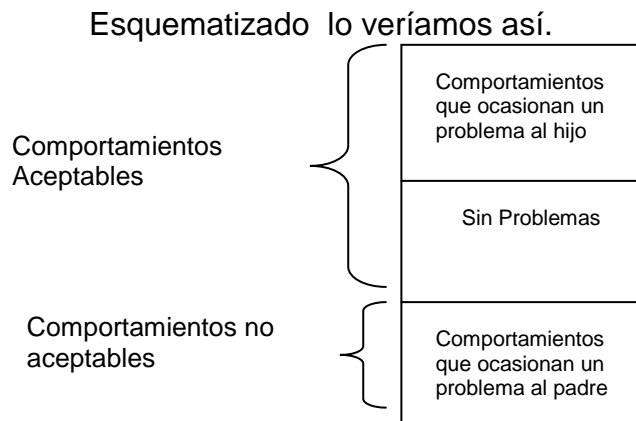
2.- El Principio de la propiedad del problema.

En una interacción en donde por lo menos hay dos personas, hay ocasiones en que una de ellas posee un problema. Ya que no se están satisfaciendo algunas de sus necesidades o no se siente satisfecho con su comportamiento. En esa relación la persona (A) puede estar molesto, frustrado, incomodo o necesitado. Por consiguiente ella posee el problema.

En otras ocasiones las necesidades de (A) están satisfechas, está a gusto, cómodo, con su comportamiento, pero este comportamiento interfiere con la satisfacción de las necesidades de la persona (B). En este caso (B) se siente molesto, frustrado, privado necesitado o incomodo a consecuencia del comportamiento de A, por lo tanto B posee el problema.

Comenta que en la relación padre –hijo tienen lugar tres situaciones:

- A. El niño tiene un problema (problemas del hijo) porque algo le impide satisfacer una necesidad. No es un problema del padre porque el comportamiento del niño no interfiere de manera tangible en las necesidades del padre.
- B. Cuando el niño satisface sus necesidades y su comportamiento no interfiere u obstaculiza las necesidades del padre se dice que no existe problema en la relación.
- C. Cuando el niño satisface sus necesidades, pero su comportamiento es un problema para el padre debido a que el hijo interfiere de alguna forma concreta en la satisfacción de alguna de las necesidades del padre. El padre posee el problema.



A.- Problemas del hijo.

Gordon (1977 p. 67) da ejemplos de comportamientos que ocasionan un problema al hijo entre otros los siguientes:

- 1 Jaime se siente rechazado por alguno de sus amigos
- 2 Memo esta triste por no haber entrado al equipo de tenis, etc.

Estos son algunos de los muchos de los problemas que los hijos se encuentran al tratar de salir adelante en la vida. Por lo cual sus frustraciones, fracasos, privaciones les pertenecen a los hijos y no a los padres, los cuales frecuentemente se apropian de estos problemas.

Cuando el hijo posee el problema los padres se sienten impulsados a asumir la responsabilidad de resolverlo y culparse cuando no pueden hacerlo. En este modelo PET a los padres se les ofrece una alternativa para ayudar a sus hijos: Permitir que el hijo sufra el problema y que encuentre su propia solución. Este enfoque comprende las siguientes consideraciones:

- Es inevitable que los hijos se encuentren con problemas en sus vidas de todo tipo y forma.
- Los hijos poseen un potencial increíble, en gran parte sin desarrollar para encontrar buenas soluciones para sus problemas.
- Si los padres les proporcionan soluciones prefabricadas, los hijos seguirán siendo dependientes. Seguirán recurriendo a sus padres cada vez que se encuentren con un nuevo problema.
- Cuando el padre hace suyo los problemas del hijo asume la responsabilidad y la supuesta sabiduría de encontrar soluciones adecuadas como el de sobrecargarse.
- Cuando el padre acepta que no debe cargar con los problemas del hijo, se convierte en un instrumento catalizador o agente de ayuda, ayudando al hijo a trabajar mediante el proceso de resolución del problema por sí mismo.

- Los hijos necesitan ayuda para algunos de sus problemas. pero una nueva manera de ayudar es dejar que la responsabilidad recaiga en el hijo para que investigue y encuentre sus propias soluciones. De acuerdo con este modelo las denominan habilidades para ayudar.

B.- Área sin problemas

En esta área el niño satisface sus propias necesidades su comportamiento no le impide satisfacer sus necesidades y su comportamiento no interfiere con las propias necesidades de su padre.

C.- Los problemas del padre.

Cuando el comportamiento del hijo ocasiona un problema al padre, se deben emplear otro tipo de habilidades las cuales serán eficaces para propiciar algún cambio en el comportamiento no aceptable del hijo. Cuando un hijo interfiere en los derechos del padre o está haciendo algo que no permite que su padres satisfagan sus necesidades, entonces el padre podrá emplear las habilidades que sean de ayuda para si mismo. A las cuales las denomina habilidades de confrontación. La postura que debe adoptar el padre hacia su hijo sería “oye tengo un problema y necesito tu ayuda”, la cual es totalmente diferente cuando el hijo posee el problema, la postura del padre sería “parece ser que tienes un problema, ¿necesitas mi ayuda?”

1.3.1.1- Lenguaje de la no aceptación. (Gordon 1994)

Son los mensajes (de acuerdo con Gordon 1994) que envía el padre descalificando el potencial, capacidades, intereses, gustos, sentimientos, preferencias del hijo cuando este tiene un problema. El padre al pretender ayudar a su hijo, utiliza los métodos que vió en sus padres y que utilizaron con él, o ella ya sea moralizando, predicando, juzgando, como consecuencia el hijo se siente:

No querido como es, sino criticado, evaluado, sermoneado, incomprendido, enojado, no aceptado.

Veamos el caso siguiente: de una paciente que manifiesta los efectos del lenguaje de la no aceptación, citado por Gordon (1994 p. 38), una paciente de trece años le dice...“me dicen tan seguido lo mala que soy y lo estúpido de mis ideas y cómo no se puede confiar en mí, que nada más hago más cosas que no les gustan. Si ya opinan que ya soy mala y estúpida, pues de una vez me sigo y hago todas esas cosas”

El lenguaje de la no aceptación afecta del modo siguiente:

Se detiene el desarrollo del hijo, se promueve el distanciamiento entre padre e hijo, los hijos guardan sus sentimientos, el padre se angustia al vivenciar el reproche, la sumisión del hijo o su silencio, se crea el muro del silencio, un ambiente familiar tenso, áspero, sin confianza, los hijos ya no

comparten lo que les sucede, las relaciones se enfrían, se encierran en sí mismos y actúan a la defensiva, fomentan sentimientos de desvaloración de la persona, bloquean el crecimiento y el cambio constructivo.

Los padres creen que la mejor forma de hacer crecer al hijo es decirle lo que no aceptamos de él. La no aceptación es “una comunicación árida, lleno de evaluaciones, juicios, críticas, prédicas, moralejas, advertencias y mandatos. Mensajes que expresan no aceptación del hijo tal como es”. (Gordon 1994 p. 38).

El autor plantea una serie de ejercicios a los padres que asisten a sus cursos de Padres Eficaces y Técnicamente preparados (PET) como los siguientes:

Suponga que le hablan de la escuela de su hijo sobre el problema que esta teniendo con la tarea y el colegio y el hijo (un joven de 14 años), le dice a usted:

“es que no puedo ponerme a hacer la tarea, la detesto y detesto el colegio. Es aburridísimo. Sólo enseñan cosas que no son importantes para la vida, sólo enseñan una montaña de basura. Cuando sea lo suficientemente grande voy a dejar la escuela, no se necesita ir al colegio para salir adelante en este mundo”.

A continuación les pide que escriban exactamente lo que le dirían a su hijo. Las palabras exactas que usaría como respuesta al mensaje de su hijo. Posteriormente los padres clasifican sus respuestas en las 12 categorías típicas.

Al hacer estos ejercicios los padres se percatan de cómo están habituados a responder en cualquiera de las 12 categorías típicas que corresponden al lenguaje de la no aceptación. Las cuales denominan obstáculos de la comunicación. En el cuadro siguiente se muestran algunas de las respuestas típicas que se dan:

Respuestas	Tipo de obstáculo
"Ningún hijo mío se va a salir de la escuela, no lo voy a permitir".	ORDEN, DIRECCION, MANDATO.
"Si abandonas la escuela no recibirás ayuda económica de mi parte" .	ADVERTENCIA, AMENAZA.
"El aprendizaje es la experiencia más recompensante que nadie puede tener".	EXHORTACION, SERMON.
"¿Por qué no haces un horario fijo para hacer la tarea?".	ACONSEJAR, PROPORCIONAR SOLUCIONES.
"Un graduado universitario gana 50% más que un graduado de preparatoria".	CONFERENCIA, ENSEÑAR, DAR ARGUMENTOS LÓGICOS.
"Te estas comportado como un tonto y tu manera de pensar demuestra inmadurez".	JUZGAR, CULPAR, CRITICAR.

"Siempre has sido buen estudiante, con gran potencial".	RECOMPENSA, ESTAR DE ACUERDO.
"Estas hablando como un jipi".	PONER APODOS, RIDICULIZAR.
"No te gusta el colegio debido a que tienes miedo a hacer un esfuerzo".	INTERPRETAR, ANALIZAR.
"Sé cómo te sientes, pero estarás más contento el año entrante".	REAFIRMAR, SIMPATIZAR.
"¿Qué vas a hacer sin una educación? ¿Cómo te vas a ganar la vida?".	PROBAR, PREGUNTAR, INTERROGAR.
"Nada de problemas a la hora de la cena". ¿Qué tal te va en el basquetbol?.	APARTAR, DISTRAER, ENTRETENER

Gordon (1994) comenta que al clasificar sus respuestas en estas categorías es un padre típico en la tarea de ayudar, ya que sólo habla y no escucha.

1.3.1.2.- Obstáculos

Es un hecho que cuando los hijos tienen un problema generalmente los padres no escuchan sino hablan usando los obstáculos de la comunicación, al hacerlo envían un mensaje oculto, y el cual interfiere en el desarrollo del hijo.

Ejemplos:

1.- "Una niña que se ha quejado de que su amiga ya no la quiere o ya no juega con ella". El padre responde: "te sugeriría que trataras de ser mas buena con Vicky y así probablemente ella quiera jugar contigo". En este proceso de ayuda la niña puede escuchar algunos de estos mensajes ocultos:

- "Entonces, tú piensas que es culpa mía".
- "Piensas que estoy haciendo algo mal o equivocado" etc.

2.- Hijo dice: "no soporto la escuela o algo relacionado con esta" El papá responde "todos hemos sentido eso por una escuela en alguna época de nuestra vida... ya se te pasará. El mensaje oculto posible:

- "entonces no me tomas en serio" etc.

Dada la resistencia de los padres para cambiar sus hábitos en la comunicación con sus hijos, se les enseña a detectar cuáles son las 12 categorías que más usan y cuáles son sus efectos, descritas por Gordon (1994) y sintetizadas por el Instituto Prekop (2007), en el curso PET:

Se enuncian solo algunos de los efectos en el niño, de cada una de las categorías.

1.- Ordenar, Mandar.

Respuestas	Efectos
Tienes que.....	Puede producir temor o sumisión.
Debes de.....	Puede ocasionar resentimiento, enojo,
Vas a..... etc.	rebeldía.

2.- Advertir, Amenazar.

Respuestas	Efectos
Si tú no, entonces..... Mejor.... o de lo contrario Si lo repites,...vas a ver	Puede producir temor o sumisión. Invita a comprobar las consecuencias de la amenaza.

3.-Moralizar, Predicar, Sermonear.

Respuestas	Efectos
Deberías..... Te convendría..... Es tu responsabilidad..... Siempre debes de...	Crea sentimientos de culpabilidad. Puede ocasionar que el hijo profundice y defienda su posición aún más. (¿Quién dice?).

4.- Aconsejar, Dar soluciones.

Respuestas	Efectos
Lo que yo haría es..... Por qué tú no..... Déjame sugerirte..... Espera un par de años y.....	Evita que el hijo piense en su problema. Puede ocasionar dependencia o resistencia.

5.- Persuadir con lógica, Argumentar.

Respuestas	Efectos
Esto es por lo que tu estas mal..... Los hechos son..... Si pero.....	Provoca una posición a la defensiva y contra argumentos. Puede ocasionar que el hijo se sienta inferior, inadecuado, etc.

6.- Juzgar, criticar, culpar.

Respuestas	Efectos
No estás pensando con madurez.... Eres flojo... Estas completamente equivocado ...	Implica, incompetencia, estupidez, juicio pobre. Corta la comunicación del hijo, por temor al juicio negativo.

7.- Alabar, Estar de acuerdo.

Respuestas	Efectos
Bien creo que estás haciendo un gran trabajo... Tienes razón ese maestro es una desgracia.	Implica grandes expectativas del padre Puede ser visto como: que se le está dando por su lado o como un refuerzo manipulativo para alentar la conducta deseada.

8.- Poner apodos, Ridiculizar

Respuestas	Efectos
Chillón, Esta bien Sr. Sabelotodo.	Puede ocasionar que el hijo sienta que no vale, que no se le quiera. Con frecuencia despierta el deseo de desquitarse.

9.-Analizar, Diagnosticar.

Respuestas	Efectos
Lo que está mal contigo es..., Sólo estas cansada,... Tú realmente no quisiste decir eso.	Puede ser amenazante, frustrante. El hijo puede sentirse atrapado, expuesto a que no se le cree.

10.- Alentar, Consolar.

Respuestas	Efectos
No te preocupes.... Te sentirás mejor.... Ya ánimo.....	Ocasiona que el hijo siente que no se le comprende. Evoca sentimientos fuertes de hostilidad (Para ti es fácil decir eso).

11.- Preguntar, Interrogar, Sondear.

Respuestas	Efectos
¿Por qué?..... ¿Quién?... ¿Qué es lo que tú?..... ¿Cómo?.....	Cuando contesta preguntas, con frecuencia recibe críticas o soluciones y entonces aprende a contestar con evasivas, medias verdades, o mentiras. El hijo puede perder de vista su problema si trata de contestar a los padres.

12.- Desviar, Sarcasmos, Alejar.

Respuestas	Efectos
Vamos a hablar de algo más agradable ¿Por qué no intentas tú manejar el mundo?.	Implica que las dificultades de la vida deben ser evitadas en vez de enfrentadas. Se puede inferir que los problemas del hijo no tienen importancia, que son pequeñeces.

Señala Gordon (1994) que es imposible que los padres dejen de utilizar los obstáculos en su relación con sus hijos, éstos no tendrán ningún efecto perjudicial cuando se usan ocasionalmente. También cuando los obstáculos no son percibidos por los niños como obstrucción cuando la relación es agradable y el hijo no tiene un problema generado por su propio comportamiento o se lo haya generado a su padre. Son las ocasiones en que padre e hijo se divierten, se hacen bromas, compiten entre ellos, discuten, trabajan juntos para realizar cualquier tipo de tarea. Véase el siguiente ejemplo:

Situación: Papá y Fernando de 9 años, están construyendo una casa de juegos en el patio. Papá (P) y Fernanda (F).

P.- Pásame el martillo. ¡Rápido! (orden).

F: Esta bien. Está en el suelo.

P.- Si sigues jugando con mis herramientas, no vamos a terminar antes de que anochezca. (amenaza).

F.- Necesitamos dos martillos para que yo pueda clavar la parte de abajo, mientras tú clavas la de arriba.

P.- Oye, ¿Por qué no le pides al señor Silas que te preste el suyo?

F.- Es una buena idea. Ahora vengo.

P.- Perfecto.

En estas ocasiones los obstáculos rara vez actúan como verdaderos obstáculos de la comunicación. Señala como advertencia que cuando la relación se sale del área de no problemas, (alguna fricción, o incomodidad por algo que se dijo) se debe dejar de mandar obstáculos se debe cambiar de actitud y escuchar los sentimientos del hijo, o expresar sus sentimientos cuando el padre es el afectado Gordon (1978).

Por lo cual con base en su experiencia clínica y en los cursos que han impartido enseña un modo más efectivo de apoyo o ayuda a los hijos cuando éstos tienen un problema. Este es el lenguaje de la aceptación.

1.3.1.3.- El lenguaje de la aceptación (el silencio, respuestas de reconocimiento, el abre puertas, y la forma activa de escuchar).

El lenguaje de la aceptación puede ser verbal (lo que decimos) o no verbal. Los mensajes no verbales son comunicados mediante gestos, posturas corporales, expresiones faciales.

Los padres deben hablar con sus hijos, y estos necesitan que sus padres les hablen, si es que se pretende tener una relación íntima. El hablar es esencial, pero es crucial la forma en que los padres hablan a sus hijos. A continuación se mencionan las herramientas necesarias para tal fin.

El lenguaje de la aceptación comprende cuatro técnicas:

1. La forma pasiva de escuchar.
2. Respuestas de reconocimiento
3. El abrepuertas.
4. Forma activa de escucha.

1.- La forma pasiva de escuchar. (Silencio).

El silencio forma pasiva de escuchar, es un mensaje no verbal y puede ser utilizado para que una persona se sienta aceptada. (Gordon 1994). Considera que el silencio es oro y es un modo de aconsejar efectivamente, ya que le dice al niño:

- 1 Quiero escuchar lo que sientes, acepto tus sentimientos, la responsabilidad es tuya, es problema tuyo, confío en ti como para que decidas que es lo que deseas compartir.

El silencio del padre alienta al hijo a compartir sus sentimientos y con frecuencia el llegar a los problemas más profundos. Cuando el joven habla de un problema no sólo quiere ser escuchado necesita que se le ponga la atención.

2.- Las respuestas de reconocimiento.

Son las señales verbales y no verbales que se emplean durante las pausas para demostrarle al hijo que se está interesado en lo que él dice, que se le está escuchando señales como de:

Asentimiento, inclinarse hacia adelante, sonreír, fruncir el ceño. También forman parte de esta categoría las señales verbales como: Mmm, Ah, Ya veo; también conocidas como gruñidos enfáticos. Con estos recursos se le demuestra al hijo que se está atento, que se le escucha. Comenta que los consejeros profesionales emplean esta técnica con frecuencia como una expresión natural de su interés y atención hacia sus clientes.

3.- Abrepuertas o invitación a decir más.

Este es un método eficaz para responder a la comunicación del hijo, es invitarlo a que diga más de lo que le sucede, es el abrepuertas o invitación a decir más. Con éste se le demuestra al niño, que no sólo se le escucha sino que se le proporciona una verdadera atención, Gordon (1994). Estos son respuestas que no comunican ninguna de las ideas, sentimientos o juicios del que escucha, sino que invitan al niño a compartir sus propias ideas, juicios o sentimientos, los invita a hablar, también alientan a que continúen con la conversación o a empezar la conversación. A través de estos recursos los niños, o jóvenes se sienten impulsados a continuar, a abrirse, a expresar sus sentimientos, sus ideas.

Veamos las herramientas que se utilizan como abrepuertas o invitación a hablar:

Ya veo, de verdad, no me digas.	Platícame sobre eso.
Oh.	Me gustaría conocer tu punto de vista.
Y que más.	¿Te gustaría hablar sobre ello?
No es cierto, en serio.	Prosigue te escucho.
Que interesante.	Esto parece que es sumamente importante para ti.

El abrepuertas también transmite aceptación y respeto ya que está implícito con esta actitud de escucha lo siguiente:

“Te respeto como persona con ideas y sentimientos.

Escuchar tus ideas es importante.” Gordon (1994 p. 53)

4.- Forma activa de escuchar.

En la forma activa de escuchar, el receptor trata de entender lo que siente el trasmisor. Con esta técnica, los mensajes del hijo son escuchados, descifrados y es confirmada la comprensión del mensaje mediante la retroalimentación.

Con este recurso el padre deja a un lado sus propios pensamientos y sentimientos para escuchar, descifrar y entender los sentimientos y pensamientos de su hijo. Ver. Fig. 3.

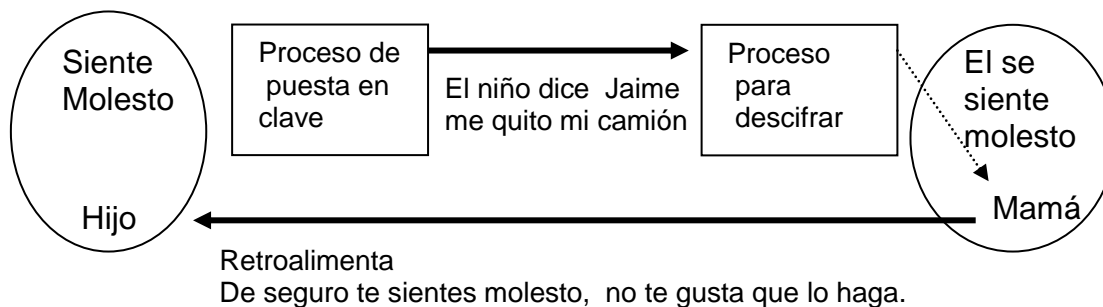


Figura 3. La comunicación activa.

Veamos en acción este esquema.

En el ejemplo al niño se le simboliza con N y al padre con P:

N.- "(llorando) Jaime me quito mi camión.

P. De seguro te sientes molesto por eso...no te gusta que lo haga.

N.- Claro que no me gusta.

En suma los consejeros profesionales en su formación aprenden el lenguaje de la aceptación, comenta que los muchachos de todas las edades en su práctica profesional se abrieron poco a poco y hablaron libre y sinceramente sobre sus sentimientos y problemas cuando fue utilizado. Aclarando que los muchachos nunca habían podido hablar con sus padres de esta manera. El modo en que se les habla resulta para el joven en una ayuda invaluable para resolver sus propios problemas, sin que el consejero de información consejos o soluciones aunado a lo anterior se propició relaciones calidas entre ellos.

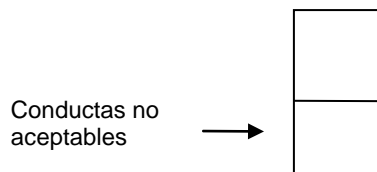
Pensó Gordon (1994) que estas herramientas también podían enseñarse a los padres y podían obtener los mismos resultados, lo cual ha hecho a través de curso PET en su país y en otros como en México.

En fin a través de la comunicación podemos hacer crecer o enfermar a las personas, sobre todo a quien está en proceso de crecimiento, los niños. "el hablar puede curar, y el habla puede fomentar el cambio positivo; pero debe ser la forma acertada de hablar" Gordon 1994 (Pág. 40).

1.3.1.4.- Habilidades de confrontación (mensajes yo, choque de valores, método de nadie pierde)

Gordon (1978) comenta que del rectángulo de la conducta, hay comportamientos del hijo que son inaceptables para los padres, ya que interfieren con sus necesidades, deseos o intereses tales conductas le producen enojo, incomodidad, desesperación etc. ante tales conductas adopta

una actitud estricta, severa, agresiva, hostil que daña la relación y la autoestima del hijo, o permisiva que llena de rencor, enojo o frustración al padre. Son conductas que se ubican en el área de problemas del padre, las cuales para manejarlas se requiere de las habilidades de confrontación.



Ante estas conductas de no aceptación los padres responden en su mayoría con los 12 obstáculos de la comunicación, (juzgan, aconsejan, sermonean) en su mayoría estas respuestas contiene un enfoque Tú, ejemplo. “si tú no estas quieto...”, tú nunca deberías.... etc. Los efectos de estos mensajes podrían ser:

- Los niños se resisten a cambiar cuando se les ordena hacer algo o se les amenaza.
- Ignoran a los padres que sermonean o les dan conferencias.
- Le dicen al niño: no confío en que puedas encontrar una forma adecuada para ayudarme.
- Le niegan al hijo el manifestar una conducta de consideración al padre.
- Se sienten culpables después de que se les humilla etc.

Las habilidades de confrontación le permiten al padre expresar sus pensamientos, sentimientos sin culpar, criticar, sermonear, ofender etc.

Los métodos que los padres utilizan cuando el comportamiento del hijo está interfiriendo en la vida de los padres son generalmente ineficaces. Ya que o son o muy permisivos y todo lo toleran o muy estrictos con sus hijos en donde se rompen las relaciones o se daña la dignidad. Los padres permisivos han sido atrapados en esa postura, debido a que sus padres fueron estrictos y autoritarios con ellos, y sólo encuentran como alternativa para evitar lo que tanto odiaron en sus padres, el de ser indulgentes o permisivos. “Otros tienen la idea de que un buen padre es aquel que debe sacrificarse por el bien de su hijo. Estos piensan que satisfacer sus propias necesidades es un acto de egoísmo” Gordon (1978 .p. 130), otros evitan enfrentamientos, por temor a que se les rechace.

El autor muestra como ejemplo lo que le dicen a este jovencito en esta situación:

“ Su hijo de 12 años regresa de la escuela y se prepara un emparedado, dejando la cocina hecha una desgracia después de que usted se paso una hora limpiándola a fin de que estuviera bien a la hora de preparar la cena”
Le dicen: “tan cochino como tu padre” o “pareces el rey de la casa y yo tu criada”.

El “mensaje Yo” adecuado sería “Me molesta mucho que la cocina que acabo de limpiar este sucia ya que tendré que limpiarla”.

Sin embargo las respuestas que dan los padres casi sin excepción pueden clasificarse dentro de los obstáculos de la comunicación (exhortación, advertencia, sermón, aconsejar, juzgar, criticar etc.). Estos mensajes tienen una carga pesada de mensajes tú como:

Tú no deberías de hacer eso; tú nunca deberías...; porque no haces esto tú etc.

Los efectos de los mensaje tú son predecibles Gordon (1978 .p. 135) tales como

- 1 Los niños se resisten a cambiar, cuando se les ordena hacer algo o se les amenaza.
- 2 Los muchachos acaban por ignorar a los padres que sermonean, o les dan conferencias.
- 3 Se sienten culpables después de que se les humilla y se les pone apodos. Tales efectos se pueden evitar cuando se envía otro tipo de mensajes.

El autor agrega que “cuando el comportamiento del niño no es aceptable para el padre, debido a que de alguna manera tangible interfiere con el derecho del padre de satisfacer sus necesidades es el padre quien posee el problema, ya que se siente cansado, decepcionado, preocupado, amenazado sobrecargado” Gordon (1978 .p. 133). Una manera adecuada de defender sus necesidades y sus derechos es el mensaje yo. El cual para que sea más efectivo se estructura de tres partes.

- 1 Una descripción del comportamiento no aceptable.
- 2 El sentimiento del padre.
- 3 El efecto tangible o concreto sobre el padre (o las consecuencias).

Vemos el siguiente cuadro comparativo un ejemplo:

Situación. Una madre informó sobre la forma en que Susi, de 4 años y medio hace que su hermano Manuel de 6 años y medio, se ponga muy nervioso cuando lo observa fijamente hasta que le hace llorar y gritar:

Mensaje tú.	Mensaje yo
Deja de molestar a tu hermano o te voy a dar tu merecido.	Conducta:_ Cuando ves fijamente a Manuel Sentimiento.- me siento triste y decepcionada Efecto tangible.- porque su llanto y gritos interfieren con lo que estoy haciendo.

Indica que los mensajes yo, no siempre funcionan. Estos son la mejor manera que se conoce para informarle a alguien que su comportamiento está causando un problema al padre. Este mensaje reduce al mínimo que la otra persona se

sienta culpable, deprimida, o resentida, , este tipo de mensaje no garantiza que la otra persona modificara inmediatamente y deseosamente su comportamiento en consideración a las necesidades del padre .

El autor menciona algunos factores a considerar para que los mensajes yo sean efectivos: Gordon (1978 p.147).

1. Que contenga los tres elementos. Conducta, los sentimientos y en especial el efecto tangible y concreto que tiene el comportamiento del hijo en el padre.
2. Cuando el padre no escucha los problemas del hijo será difícil que el hijo escuche a su padre, debe haber reciprocidad. Al respecto indica el autor que los “mensajes yo deben ser considerados como súplicas directas de ayuda ejemplo: El ruido me impide disfrutar el partido de Holanda España. Por lo tanto primero hay que sembrar, escuchar al hijo y después ser escuchado.
3. La fuerza del mensaje. Primero hay que llamar la atención del hijo, a través de un mensaje yo suficientemente intenso como para tener impacto. No se trata de un mensaje yo de enojado, debe ser un mensaje que exprese realmente los sentimientos que tiene.

Ejemplo. El niño de 6 años deja un cuchillo filoso en el suelo cerca del bebe

Mensaje yo débil	Mensaje yo fuerte
Estoy un poco preocupado.....	Cuando veo el cuchillo cerca del bebe casi me da un infarto ya que pudo haberse cortado.

4.- La resistencia del hijo al oír mensaje yo, generalmente se pone a la defensiva, ya que no le gusta oír que su comportamiento no es aceptable y que le ha causado un problema a quien ama.

En ocasiones responden los hijos a los mensajes yo de la siguiente manera.

- 1 No quiero.
- 2 No te está molestando.
- 3 No me importa, de todas maneras lo quiero hacer.

Al respecto recomienda que oigan la resistencia use la postura de escuchar en lugar de la postura de confrontación. A los niños les pareciera más sencillo cambiar, si el padre entiende lo difícil que es. Ejemplo una madre que aplicó la escucha para vencer la resistencia:

M.- Hace mucho frío afuera y cuando sales sin tu abrigo hay la posibilidad de que te enfermes y terminemos yendo a ver al doctor y gastemos mucho dinero. (Mensaje yo)

H.- ¡No! No me voy a enfermar (resistencia)

M.-No crees que te vas a enfermar (escucha)

H.- No.

Después de esta conversación, dijo la mamá el hijo fue al closet y saco el abrigo.

5.- El mensaje yo que trasmite una solución. Los padres en lugar de enviar el mensaje yo envían una orden, una solución o sugerencia. Tales mensajes dice producen resistencia más que un deseo de cambiar. Ejemplo dice una mamá (Gordon 1978 p. 152) “reuní a todos mis hijos porque la mesa del comedor estaba llena de libros y cuadernos de tareas. Sólo les dije quiero que entren y limpien la sala”

Un mensaje como el que sigue tiene menos posibilidades de crear resistencia: “cuando la mesa está llena de libros no puedo arreglarla para la cena y no tengo ganas de limpiarla”.

6.- El empleo del poder y la autoridad. Cuando no logra el padre que el hijo cambie su conducta que le está afectando recurre a su hábito de imponerse, usando la fuerza física empujarlos o jalarlos por el brazo Es como si le dijeran al hijo “tengo un problema y me gustaría que me ayudaras, pero si no lo haces te obligare a ello”.

El autor da algunas recomendaciones a los padres para tener éxito en la aplicación de la técnica entre otras:

- a) El padre debe primero oír los problemas de sus hijos, es decir el que el hijo sienta que tiene alguien que realmente le ayuda, que le comprende.
- b) Póngase en contacto con sus verdaderos sentimientos generados por las conductas de sus hijos.
- c) Diga a su hijo de qué modo le afecta esa conducta que para usted no es aceptable. Como le impacta de modo tangible o concreto ese comportamiento.
- d) No espere que todos los mensajes yo funcionen. No siempre se tiene el deseo de cambiar.
- e) Use realmente un mensaje yo y no un mensaje que da soluciones o que humillan.
- f) El mensaje yo es un método que apela a la consideración del hijo no autoritario que le sirve para obtener lo que necesita. Por lo cual la fuerza o la amenaza lo desvirtúan.

El mismo autor menciona los beneficios que proporciona el uso de la técnica entre otros:

- Cambio en el comportamiento del hijo.
- Cambios en los padres al aceptar que también sus necesidades son importantes.
- Reducen las peleas y roces en casa.
- El padre se vuelve más sincero y abierto con el hijo y la esposa.
- Mayor deseo de los hijos de ayudar cuando descubren que su padre esta lastimado.

“Mensajes yo en el área de no problemas.

En esta área el niño satisface sus propias necesidades su conducta no le impide satisfacer sus necesidades y su comportamiento no interfiere con las

necesidades de su padre. En esta área de no problemas se da una interacción armónica, sin dificultades, en la cual se pueden establecer relaciones más desarrollantes. Instituto PREKOP (2007)

“Los mensajes yo que se pueden aplicar en esta área y cuyo objetivo es ampliar la misma son:

- a) Mensaje yo declarativo.
- b) Mensaje yo de respuesta.
- c) Mensaje yo positivo.
- d) Mensaje yo preventivo “Instituto PREKOP (2007”).

Estos mensajes se expresan con actitud y voz normal ya que no hay problemas.

a.- Yo declarativo

Es una explicación que le damos a otra persona de lo que pienso, siento, creo, necesito, aprecio, me encanta, me choca, invitan a intercambiar experiencias, por ejemplo:

Creo que fumar es perjudicial.
Me gusta leer.
Creo en la democracia.
Creo que la comunicación es importante.
Me gusta estar con ustedes.
Etc.

b.- Mensajes yo de respuesta.

En las relaciones de padre e hijo hay con frecuencia situaciones en donde el padre no puede satisfacer el deseo del hijo, por razones de tiempo, esfuerzo y energía. En estos casos los niños aceptan una respuesta NO de los padres si dan a conocer sus necesidades o la razón por la que dicen no.

Un mensaje yo de respuesta consta de dos partes.

- 1.- Un claro No.
- 2.- La razón del No, expresado en consecuencias concretas de lo que significa para el padre si hubiera satisfecho ese deseo.

El mensaje yo de respuesta es una explicación razonable. Ejemplo.- No te compro la paleta porque no quiero que se ensucie el coche; No te llevo a casa de tú amigo porque pensaba descansar, estoy muy cansado etc.

c.- Mensaje yo positivo. o estimatorio Gordon (1978)

Un mensaje yo positivo es un modo efectivo para comunicar sentimientos positivos de aprecio, placer, agradecimiento etc.

El mensaje yo positivo consta de tres partes:

- 1 El comportamiento del niño.
- 2 Los sentimientos del padre.

3 El efecto tangible en el padre.

Ejemplo:

Situación.	Mensaje yo positivo.
Su hija de 8 años telefona para avisar que se detuvo en casa de una amiga al salir del colegio.	Cuando me avisas en donde estas me siento aliviada porque no me tengo que preocupar por ti.

Con el mensaje yo positivo el padre comparte sus sentimientos positivos cuando espontáneamente siente reconocimiento.

En contraste los padres elogian a sus hijos en forma de mensajes tú como:

- 1 Eres un buen muchacho
- 2 Hiciste un buen trabajo

d.- Mensaje yo preventivo. Gordon (1978 p. 183)

Se puede enviar un mensaje yo preventivo para evitar un comportamiento no aceptable en el futuro. A este mensaje preventivo también se le denomina yo quiero o yo necesito. Su propósito es informar a los hijos anticipadamente lo que quieren o necesitan o les gustaría. Ejemplo: "De la una a las dos necesito silencio en la casa para poder dormir un rato".

Aunque no siempre se logra lo que se desea, es mucho mejor dice el autor que los hijos sepan con anticipación lo que el padre tiene en mente, que esperar a que surja el problema. Un mensaje yo preventivo enviado anticipadamente nos puede evitar una gran cantidad de conflictos

Manejo de conflictos.

Se considera que un conflicto es una confrontación, una lucha de poder, de fuerzas, de antagonismo. Una solución adecuada permite que las partes mantengan su relación y sea un punto de crecimiento. Muchas veces el hijo persiste en su postura o su necesidad es muy fuerte y nuestras necesidades no han sido satisfechas. Estas situaciones el autor las describe como conflicto y la relación entre padre e hijo como problemática ya que las necesidades de ambos están en contraposición.

En el rectángulo de la conducta indicamos que las conductas no aceptables del hijo se ubican en la parte inferior del mismo y estas conductas se pueden cambiar mediante el mensaje yo, las que persisten lo hacemos mediante el método nadie pierde también conocido como método III.

El uso de este método III no es común, hay resistencia de los padres a utilizarlo ya que la mayoría no ha tenido la experiencia de su uso. Al contrario han vivido métodos tradicionales como el autoritarismo (método I) donde la comunicación está cerrada y por lo tanto los conflictos los resuelve sólo el padre o buscan también una postura permisiva (Método II).

La postura que adoptan los padres para manejar los conflictos con los hijos son:

1. El padre Dominante, estricto es decir el gana y el hijo pierde (Método I)
2. El padre tolerante o permisivo es decir el hijo gana el padre pierde (método II)

Con la postura 1, el padre se sale con la suya, el impone su voluntad, Sus necesidades son lo primero, veamos un ejemplo:

Un hijo está jugando con sus amigos canicas y está a punto de ganar y el padre le dice vete por el pan. Y el hijo le dice ahorita, espérame. El padre le dice ¡ya ve! o vas a ver. En este caso la postura del padre es yo decido que solución dar y espero que el niño la acepte ya que si no lo hace lo fuerza, ya sea amenazando o golpeando.

Con relación a al método II, cuando hay un conflicto el padre quiere resolver el problema a su favor, pero cuando el niño se resiste el padre cede y permite que el niño se salga con la suya.

En la situación conflictiva donde el padre se impone y usa su autoridad la denomina Método 1. (El padre gana y el hijo pierde).

En la segunda postura donde el hijo se sale con la suya, el domina, el vence, se le denomina Método II (el padre pierde y el hijo gana).

En ambos métodos la actitud del padre y del hijo es “quiero que las cosas se hagan a mi manera y voy a emplear mi fuerza para lograrlo” Gordon (1978 p. 190).

Estos modos de resolver el conflicto genera:

Método I (autoritario) Resultados que obtiene.	Método II (indulgente permisivo) Resultados que obtiene.
<ol style="list-style-type: none"> 1. Resentimiento del hijo hacia el padre. 2. Ninguna oportunidad de que el hijo desarrolle autodisciplina. 3. Se sujeta a la solución por temor o miedo al castigo o la desaprobación.. 4. Se siente obligado a cumplir. 5. Poca cooperación. 6. Hostilidad al padre, le pueden agredir. 7. Rebeldes. 8. Las relaciones se deterioran. 9. Impera el resentimiento y el odio. 10. Sumisión, conformismo, dependencia. 	<ol style="list-style-type: none"> 1 Egoístas, egocéntricos, exigentes. 2 El hijo no respeta la propiedad del otro. 3 No respeta los sentimientos del otro, humillan. 4 Solo dispuesto a recibir, recibir y a tomar. 5 Poco cooperativos. 6 Dificultad en sus relaciones con sus iguales. 7 Dificultad para adaptarse en la escuela.

Estas posturas se ven como un “concurso de voluntades, una batalla que ganar”

En la tercera alternativa que es el método III, el padre y el hijo cubren sus necesidades, o sea los dos ganan. Este método generalmente se usa en las negociaciones sindicales,, entre los conflictos entre personas con igual fuerza o poder, entre los directores en las organizaciones, entre los esposos etc.

El método III, nadie pierde es un proceso de solución del conflicto que por lo general requiere de 6 pasos independientes los cuales son:

Paso 1 Definir el problema, realmente entenderlo.

Paso 2.- Pensar en todas las soluciones posibles.

Paso3.- Revisar las soluciones para ver cuáles son las más factibles.

Paso 4.- Decidirnos por la mejor.

Paso 5.- La probamos.

Paso 6.- Revisamos para ver si se resolvió el problema.

1.-Paso Uno

Definimos el problema en término de necesidades (no de competencia).

Este es un paso crítico en la solución de problemas. La declaración del problema no debe comunicar culpabilidad, ni enjuiciamiento. La forma más eficaz de declarar sus necesidades es enviar mensajes yo, (que siento con respecto a que conducta y cuáles son sus efectos o impacto en mí).

Una vez que usted declare sus necesidades y sentimientos, o punto de vista, trate de verbalizar su comprensión de las necesidades de su hijo. Si no conoce el punto de vista de su hijo pídale que se lo describa. (Use la escucha activa. Es decir, escuche, descifre y verifique mediante la retroalimentación el sentir del hijo).

Tómese el tiempo necesario para definir con precisión el problema o conflicto, para escuchar activamente los sentimientos de su hijo, especialmente cualquier enojo o estar a la defensiva inicial.

Tanto usted como su hijo tienen que sacar sentimientos.

No se precipite para ir al paso 2.

Asegúrese de que:

Comprende el punto de vista del otro.

Usted declara su punto de vista precisa y congruentemente.

Ambos aceptan la definición del problema.

Las necesidades de ambos estén claramente definidas.

Ambos buscan una solución en la cual nadie pierda.

2.-Paso dos. Generar todas las soluciones posibles.

Pida a su hijo que exprese sus soluciones.

A toda costa evite ser evaluativo y crítico de las soluciones de su hijo (use el escuchar activamente).

Escriba todas las soluciones para poder revisarlas más tarde.

Trate de tener varias soluciones antes de evaluar o discutir cualquiera de ellas.

Recuerde que están tratando de llegar a la mejor solución, no cualquier solución.

Si las cosas se atorán declare nuevamente el problema en términos de necesidades.

Pase al paso 3 sólo cuando hayan generado suficientes soluciones factibles o cuando una solución se ve que sobresale de las otras.

3.- Paso tres.- Evaluar las soluciones.

Padre e hijo tratarán de realizar un pensamiento crítico.

Se debe ser honesto.

Preguntarse. ¿Hay alguna falla en alguna de las soluciones factibles?

¿Alguna razón por la cual la solución llegue a fallar? ¿Será muy difícil de implementar o llevarla a cabo? ¿Es realmente justa para ambos? (hay que usar la escucha activa, para conocer el sentir de ambos).

Marque las soluciones que parezcan ser posibles y aceptables.

4.- Paso cuatro.- Decidir la solución que pueda ser mutuamente aceptable.

No cometa el error de persuadir o imponer una solución a su hijo. Si el hijo no escoge libremente la solución que le sea aceptable, hay muchas posibilidades de que no la cumpla.

Cuando parezca que están cerca de una decisión, declare nuevamente la solución para estar seguros de que es aceptable para ambos.

Escriba la solución, para que posteriormente pueda ser checado cualquier malentendido.

.

Paso cinco.- Implementar la solución.

En este paso se define quien va a hacer que y cuando.

Se realizan las acciones acordadas para dar solución al problema.

En caso de que fallara en lo acordado. Es necesario confrontarlo con mensajes yo

Usted y el hijo pueden hacer sugerencias para recordar el plan.

No caiga en la trampa de recordarle al hijo sus tareas asignadas, estar encima y regañarlo, solo produce dependencia y resentimiento, no responsabilidad individual.

Los hijos que no están acostumbrados al método tres para resolver problemas pueden ser flojos en realizar la solución especialmente si están acostumbrados al Método dos.(Permisivo, o yo pierdo y tu ganas.)

Prepárese para mucha confrontación hasta que el hijo capte la idea de que usted no va a aceptar que él no cumpla con el trato. En caso de que se presente este problema no deje que transcurra mucho tiempo.

Paso seis. Evaluar la solución. Revisar la decisión, ya que a veces es difícil cumplirla tanto para el niño como para el papá por diversos motivos.

1.3.1.5 Los valores en el contexto familiar.

Sola (2002) considera que los valores son los marcos de referencia que están directamente relacionados con nuestras creencias, actitudes y los juicios que hacemos sobre nuestro entorno y que se han ido formando desde nuestra más temprana edad. Nos comportamos de una determinada manera a causa de los valores que orientan y guían nuestras conductas. Como apoyo al proceso educativo define diversos valores entre otros:

Amor. Esencialmente es buscar el bien del otro, es un sentimiento de plenitud que inunda nuestro ser y genera el deseo de estar cerca de la persona amada, expresarle lo que sentimos, cuidar de ella y hacerla feliz.

Alegría. Puede confundirse con la diversión, pero no es lo mismo. La diversión está relacionada con lo que ocurre en el exterior y la alegría fluye a causa de un estado interior. Es una sensación de bienestar relacionada con sentirnos amados, con la valoración de lo que somos y tenemos, y la ausencia de conflictos internos.

El desarrollo de valores, nos dan los parámetros para juzgar o evaluar, la convicción de que algo es valioso o despreciable, al asimilarlos se nos convierten en pautas de conducta.

Sola (2002) indica los pasos para la Práctica en la educación de un valor)

1. Los padres han de tener claro en que consiste el valor.
2. Los padres han de saber explicarlo al hijo.
3. El hijo ha de comprender las razones por las que debe practicar el valor.
4. Los padres han de enseñar la forma de practicarlo.
5. El hijo necesita tener una serie de puntos de referencia positivos y negativos respecto al valor.
6. El niño necesita estímulo y reconocimiento conforme lo va asimilando.

Indica así mismo el cómo hay que transmitirlos.

- 1 Con sentido de oportunidad. Un momento apropiado para la enseñanza de un valor es aquél en que se requiere de un valor para solucionar positivamente la situación.
- 2 Manteniendo la dignidad a salvo.- Cuando se avergüenza, humilla, descalifica, desacredita o ridiculiza a un hijo su autoestima sufre y genera en él emociones negativas.

Generalmente los padres hacen énfasis en el error del hijo, poniendo en evidencia su poco acierto.

Énfasis en el error (ofender al actor).	Educación en valores es nombrar el valor adecuado al momento.
“a nadie se le ocurriría olvidarse del bocadillo como tú lo has hecho.”	“Antes de salir de casa debes comprobar que todo está en orden”.
“sólo sabes hacer el idiota cuando vienen visitas”.	“Necesitas ser más respetuoso con las personas que nos visitan”.

Los padres se dirigen al hijo con un calificativo ofensivo a causa de su acción. Ambos producen una imagen negativa en el hijo. Ellos tienden a creer las declaraciones de sus padres como verdades absolutas y se identifican con ellas como si fueran ciertas.

Lo adecuado sería llamar la atención sobre lo que está mal hecho: “has dado una patada a tu hermana y eso es violencia. A continuación hay que nombrar el valor adecuado, las cosas deben arreglarse pacíficamente.

- 1 Evitando poner etiquetas. dice que es perjudicial poner etiquetas negativas “eres un vago”. Lo correcto es hacer el reconocimiento cuando es adecuado “este trimestre has demostrado ser un estudiante responsable y eficiente”. Es la acción la que está relacionada o no con un valor y es a través de la acción que el niño va reconociendo los valores.

Postura similar es la de Schmill (2004 p. 204), que define a los valores como “referencias fundamentales, profundamente arraigadas que te sirven para jerarquizar tu vida, tomar decisiones y evaluar tu propia conducta y la de los demás en diversos grados de aceptación o rechazo” como referencias fundamentales se derivan las creencias, ideas, ideales pensamientos y actitudes que desembocan en emociones las cuales determinan las conductas. Se expresan en una sola palabra o en pocas palabras como respeto, responsabilidad, libertad verdad.

La palabra valor se deriva del verbo latino “valere” que significa estar sano o fuerte el significado se amplió a otros ámbitos, el social, psicológico económico, ético etc.

Indica este autor que las características de los valores son:

Durabilidad. Se manifiestan a lo largo de toda la vida.

Satisfacción. Su práctica genera orgullo personal.

Integralidad. No son divisibles.

Trascendencia. Le dan significado y trascendencia a la vida humana y a la sociedad.

Dinamismo. Se interpreta de manera diferente según la época.

Aplicabilidad. Se manifiesta en conductas son sus frutos que permite su aplicación cotidiana.

Jerarquía. Algunos valores pueden considerarse como más importantes o prioritarios que otros.

Flexibilidad. Cambia su jerarquización según las etapas, necesidades y experiencias de las personas

Polaridad. Todo valor puede ser aplicado orientándose hacia la vida o hacia la muerte. (Por lo que existen los valores y los antivalores)

Para educar en base a valores Schmill (2004) considera los siguientes pasos:

1. Define los dos o tres valores que realmente sean los más importantes para ti..

2. Cotéjalos con los de tú pareja o con los de las demás personas que están involucradas en la educación de tus hijos (abuelos o familiares que pasan mucho tiempo con ellos).
3. Acuerden cuáles serán los tres valores prioritarios en su hogar.
4. Acuerden las reglas generales que sean necesarias elaborar.

Indica que a partir de un valor defines todo un campo de acción y tienes la certeza de los límites de dicha acción. Considera una serie de lineamientos que hay que considerar para redactar las reglas que se derivan de los valores. Las reglas deben ser claras, positivas y aplicables. Las reglas son formas de vivir los valores.

Los aspectos que se deben considerar en su redacción son:

- a) Sólo elabora reglas que observes necesarias en función de comportamientos que desatan conflictos continuamente.
- b) Que la regla se derive de un valor.
- c) Redactar la regla en positivo. “Se puede usar lo ajeno, sólo con permiso de su dueño”; “llegar puntual a las citas y compromisos”.
- d) Fijar la regla sin condicionarla. “para salir a jugar primero hay que hacer la tarea”; se puede ver la TV después de bañarse.
- e) Establecer la regla, sin dar la explicaciones de la misma, sólo si les cuestiona dar la explicación de que valor emana: “cumplir con los horarios acordados”; “estudiar diariamente” , “llegar puntual a las citas y compromisos” etc.
- f) Las reglas deben actualizarse de acuerdo a la edad.
- g) Hay que involucrar a todos en la elaboración y redacción (hijos, padres, etc.).

1.3.2. El modelo de Análisis Transaccional.

Berne (1973 p. 36) en su obra *¿Que dice usted después de decir hola?* Define el análisis transaccional o conciliatorio como “una teoría de la personalidad y de la acción social, y un método clínico de psicoterapia, basado en el análisis de todas las conciliaciones posibles entre dos o más personas sobre la base de unos estados del ego específicamente definidos.

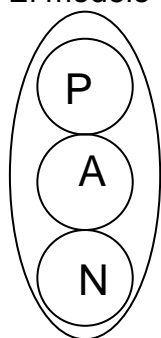
Noriega (2009 p.13) Directora del Instituto Mexicano de Análisis transaccional (IMAT) en su artículo *“Principales conceptos teóricos del Análisis transaccional* incluido en el libro *“Desarrollo y evolución del Análisis Transaccional ” ITAA (2009)* define el “Análisis Transaccional como una teoría de la personalidad y de las relaciones humanas”, y de modo similar Stewart y Joines (2007 p.23) consideran que el AT es “una teoría de la personalidad y una psicoterapia sistemática para el crecimiento y el cambio personal”.

Como teoría el análisis transaccional propone un modelo de personalidad basado en tres órganos psíquicos: extereopsiquis, neopsiquis y arqueopsiquis y cuya manifestación se conoce como estado del yo Padre (P), estado del yo Adulto (A) y estado del yo Niño (N). Noriega (2009 p.13).

Berne (1973 p. 25, 26) define los estados del ego como “sistemas coherentes de pensamiento y sentimiento manifestados por los correspondientes patrones de conducta. Así mismo indica que todos los seres humanos manifiestan tres tipos de estados del ego: 1.- El estado del yo Padre derivado de figuras paternas. En este estado el siente, piensa actúa habla y responde igual que lo hacia su padre o su madre cuando él era pequeño”. “2.- Al estado del ego Adulto en el cual el aprecia objetivamente lo que le rodea y calcula sus posibilidades o probabilidades sobre la base de la experiencia pasada y 3.- el estado del yo Niño es el que siente, piensa, actúa, habla y responde igual que lo hacían él o ella cuando eran niños.

Noriega (2009) considera que los estados del yo son un sistema compuesto de pensamientos, sentimientos, actitudes y conductas. Comenta que el modo de representar la personalidad es a través de un diagrama con los estados del yo, como a continuación se observa.

Diagrama estructural de primer orden
El modelo de los Estados del Yo



El estado del yo Padre. Son Comportamientos, pensamientos y sentimientos copiados de nuestros padres o figuras paternas.

Estado del yo Adulto. Son comportamientos, pensamientos y sentimientos que son respuestas directas al aquí y ahora.

Estado del yo Niño. Son comportamientos, pensamientos y sentimientos reproducidos desde la niñez.

Con dichos estados del yo las personas se relacionan, se comunican, se interrelacionan.

Al respecto Chandezon y Lancestre (2001) dicen que en el estado del yo Padre, se encuentran las recomendaciones, consejos, órdenes, hábitos inculcados por los padres. Este estado es sede de los valores parentales, diferencia el bien del mal, lo que es necesario hacer o lo que no se debe hacer, el que perpetúa el aprendizaje de las buenas maneras, del saber vivir de los usos y costumbres que dictan nuestra conducta en la vida cotidiana. También es la sede de la cultura, del honor, del pasado.

El estado del yo Padre se manifiesta de cuatro modos:

- A.- Padre Critico Positivo (PC+)
- B.- Como Padre critico negativo (PC-)
- C.- Como Padre Nutricio Positivo (PN+)
- D.- Como Padre Nutricio negativo (PN-)

A.- Como Padre critico Positivo PC+ es el que limita los comportamiento en sus excesos, quien vela por la seguridad de los demás. Sus

funciones son la firmeza, orden límites. Como padre controlador, señala lo que hay que hacer, vigila y exige que lo él necesite sea respetado por los demás. Marca lo que se debe hacer sin ahogar, pero con la firmeza necesaria señalando normas.

B.- Como Padre crítico negativo (PC-) es tajante, burlón tiende a desvalorizar o a insultar. Las normas son lo primero, rígido, exigente, abruma. A este tipo de padre también se le conoce como padre perseguidor o autoritario.

C.- Como Padre Nutricio Positivo (PN+) ofrece apoyo, protección, cuidado es tierno y amoroso. También se le llama Padre permisivo, consuela, compadece se hace cargo de los problemas y favorece su resolución, es el que acude en ayuda, eleva la moral.

D.- Como Padre Nutricio negativo (PN-) sobreprotege, exagera en el apoyo, quiere hacer todo por el otro. También se le conoce como padre sobreprotector.

En el estado del yo Adulto (A), se encuentra nuestra manera de pensar, sentir y actuar de manera objetiva en el aquí y ahora, en el presente. Se caracteriza dice por su vocación por la objetividad, la razón, la lógica. Es una especie de ordenador que capta los datos, los combina de manera inteligente, los trata lógicamente procediendo por deducciones e inducciones sucesivas para tomar finalmente la decisión adecuada, captar las mejores, si no la mejor acción, elegir la solución correcta. (Saez 2001).

El (A) está preocupado principalmente por la transformación de los estímulos en elementos de información y por el proceso y la clasificación de esta información.

El estado del yo Niño (N), Son sistemas de pensamientos, sentimientos y conductas provenientes de experiencias propias del pasado a partir de nuestra temprana infancia.

Stewart y Joines (2007 p.51), indica que el niño natural empieza a ser socializado y de este modo a ser persona. Considera que si se le socializa de modo brutal el niño puede reaccionar de modo sumiso: eliminando sus deseos y emociones. Es el Niño Adaptado Sumiso (NAS) Considera que si ese niño adaptado sumiso no ha conseguido el reconocimiento y afectos suficientes por ser buena persona, “puede por una formación reactiva catectizarse” (p. 51), en el Niño Adaptado Rebelde (NAR), el cual se manifiesta con conductas desafiantes y provocadoras.

Saez (2001 p. 40) dice “la importancia del niño reside en que el posee lo más vital y creativo que impele con su fuerza biológica y emocional a alcanzar las metas satisfactorias de la vida”. Las conductas que distinguen al Niño Libre (NL) son las que indican expresividad como llorar, jugar, mostrar exigencia y violencia a través de tonos exigentes, de interjecciones y exclamaciones.

Chandezon y Lancestre (2001) indican que el Niño Libre. (NL) es aquel que juega, que esta libre de todas las restricciones y no se autocensura. Esta alegre o triste, ríe o llora naturalmente, se encuentra

libre de trabas, dice las verdades que no es conveniente que se digan, se emociona. Este es el niño sin restricciones, sin tabúes, sin prejuicios, que se asombra de cualquier cosa.

Los estados del yo se observan a través de conductas verbales y no verbales de un Padre crítico (PC), Padre nutritivo (PN), Adulto (A), Niño libre (NL), o Niño Adaptado (NA), los cuales pueden funcionar de modo positivo o negativo. Ver Figura 4 y 6.

Estados del yo	Expresiones Verbales	Tono de voz	Expresiones faciales	Gestos y posturas
Padre Crítico (PC)	De una vez por todas; yo en su caso; nunca olvidare ¿Qué dirán los demás?	Seco, tajante Despectivo Inquisidor.	Ceño fruncido Mandíbula tensa Labios apretados.	Índice amenazador. Mover la cabeza desaprobando, tronco erecto y arrogante.
Padre Nutricio(PN)	¡Animo! no te asustes, eres capaz te quiero	Acariciador. Cálido. Condescendiente. Afectuoso.	Sonreír Comisura de los labios hacia arriba, mirada franca.	Poner la mano protectoramente , Abrazos de aliento.
Adulto (A)	Cómo se hizo, pienso que, Lo realizaré, Exacto, Déme razones.	No alterado. No altanero. Calmado. Informado.	Pensativa, serena, atenta, alerta.	Gestos mesurados, .pero no insípidos. Uniforme y pausado.
Niño Natural (NN) o Niño Libre (NL)	Me gusta, no me gusta, ¡ay! ¡puaf!, ¡qué miedo!, te quiero.	Inocente, confiado, expresividad espontánea.	Lágrimas, expresión de temor natural, risas, labios temblorosos.	Posturas sin inhibiciones, todo lo que indique vitalidad.
Niño Adaptado Sumiso (NAS)	Si pudiera... Si lo que usted quiera.	Quejumbroso Temeroso Opaco.	Expresión huidiza Temerosa, contraída.	Parsimonioso Dubitativo falta de fuerza.
Niño Adaptado Rebelde (NAR)	Impertinentes Estoy hartó. Ojala revientes La pagareis	Acusador duro Desafiante, Resentido rencoroso	Expresión rabiosa, bravío desafiante	Sacando el pecho, puños apretados, gestos coléricos

Fig.4 Los estados del yo y sus manifestaciones conductuales. (Sáez Alonso Rafael 2001 p.52).

Sáez (2001), indica que el Análisis Funcional nos describe conductas que se pueden ver y oír, así mismo, indica que cuando el proceso de parentalización ha sido integrador y fértil, el padre Crítico se ajuste a las siguientes reglas:

- 1 Centrar la crítica sobre el comportamiento, no tiene nada que decir sobre la manera de ser, pensamientos y emociones.
- 2 Limitar la crítica a la descripción exacta de los hechos.
- 3 Sugiere y alienta la modificación de la conducta deseable en virtud del principio, norma o pauta que se hace valer para fundamentar la crítica.
- 4 Destaca lo que la persona ha hecho bien, las cualidades y habilidades que tienen, para garantizar que se puede mejorar.
- 5 Restringir la crítica a los hechos inmediatos, evitando traer del baúl los errores y fallos antiguos, que ya no son corregibles.

Plantea Saez (2001) un decálogo del Padre nutritivo. Fig. 5

CUANDO OBSERVO QUE EL OTRO/A	DIGO	HAGO	SIENTO
Necesita mi apoyo. Siente temor a fallar.	Confío en ti.	Toco el hombro. Miro a los ojos. Abrazo.	COMPRENSIÓN.
Esta confuso. No se atreve a pedir. Llama la atención.	¿Que necesitas? Toco el hombro.	Miro a los ojos.	SIMPATIA.
Teme consecuencias negativas por hacer lo que desea y le gusta.	Puedes disfrutar y divertirse sin penitencias ni culpa.	Miro a los ojos. Toco el hombro. Abrazo.	AFECTO.
Le gustaría saber que me siento bien con él/ella	Estoy contento/a de ser tu amigo, etc.	Miro a los ojos. Expreso alegría.	ALEGRIA.
Está sintiendo la emoción. Está sufriendo. No se siente comprendido.	Comprendo lo que sientes.	Miro seriamente. Toco. Abrazo.	EMPATIA.
Necesita elogios por lo que logro	Estuviste muy bien. Te felicito.	Expreso alegría con todo el cuerpo. Le doy la mano. Lo palmeo.	ALGRIA. ORGULLO, PODER, SATISFACCION.
Se siente muy mal por no ser perfecto. Teme el rechazo.	Cometiste un error. Es humano. Cualquiera puede hacerlo.	Lo miro seria y afectuosamente. Abro las manos.	ACEPTACIÓN Y TRISTEZA.
Necesita saber que no está sólo. Que tiene protección.	Puedes contar conmigo.	Le doy la mano. Miro seriamente.	SOLIDARIDAD.
Necesita un permiso para actuar y sentirse	Tú puedes. Está bien lo que hagas.	Tono de voz firme. Manos en	SEGURIDAD Y FORTALEZA.

seguro y libre.	Tienes derecho.	los hombros. Lo abrazo.	
Me agrada. Me atrae. Me gusta. Es buena persona.	Te quiero. Te aprecio. te estimo	Miro a los ojos. Lo acaricio. Lo abrazo.	AMOR.

Fig. 5. Decálogo del Padre nutritivo. . (Sáez Alonso Rafael 2001 p.52)

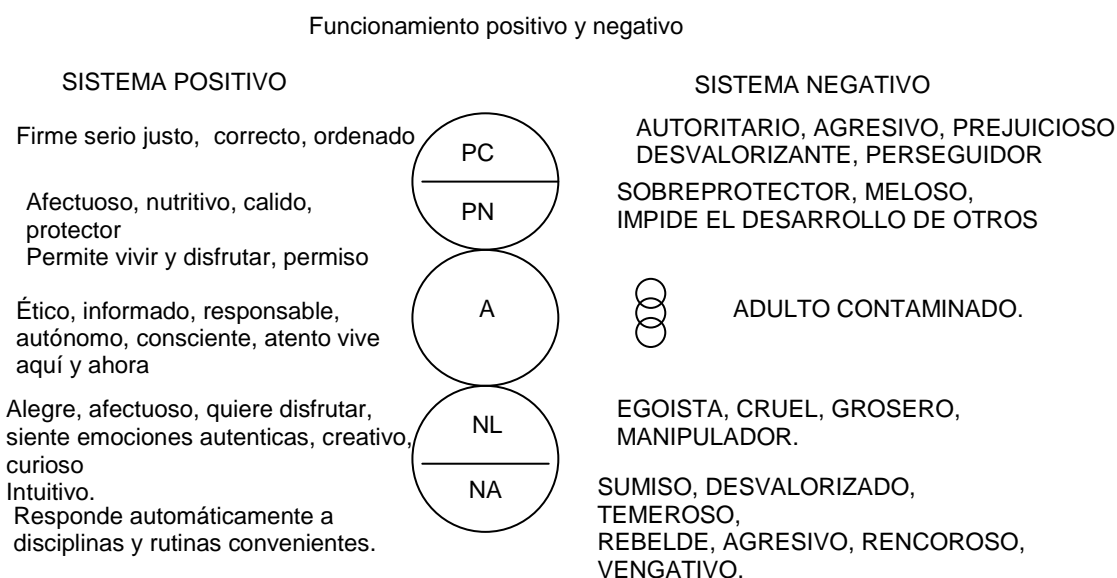


Fig. 6. Funcionamiento positivo y negativo de los estados del yo. Noriega (2009)

1.3.2.1. Las transacciones.

Erik Berne en su obra *Análisis Transaccional en Psicoterapia* (1965 p. 89) define las transacciones como “las manifestaciones públicas del trato o contacto social. Comenta que el Análisis transaccional se ocupa de analizar las transacciones que se dan entre las personas las cuales se dan en cadenas. Un estímulo transaccional procedente de X, produce una respuesta transaccional en Y, esta respuesta se convierte en un estímulo transaccional en X y a su vez la respuesta de X se convierte en un nuevo estímulo para Y.

Las transacciones, son consideradas como la comunicación verbal y no verbal que se establece entre las personas, su estudio se realiza a través del análisis transaccional. De acuerdo con Berne (1973 p. 35) “la unidad de relación social se denomina Transacción”. Así mismo indica que cuando se estudia el intercambio de los estímulos y de las respuestas transaccionales intercambiadas, se procede a un análisis transaccional. La transacción es la unidad, base y medida de los intercambios entre las personas.

Berne (1973 p.30) indica que cuando se “relacionan dos personas hay seis estados del yo implicados tres en cada persona. . Indica que los estados del ego son tan diferentes como lo son las personas por lo cual es importante saber qué estado del ego está activo cuando algo sucede entre ellas”.

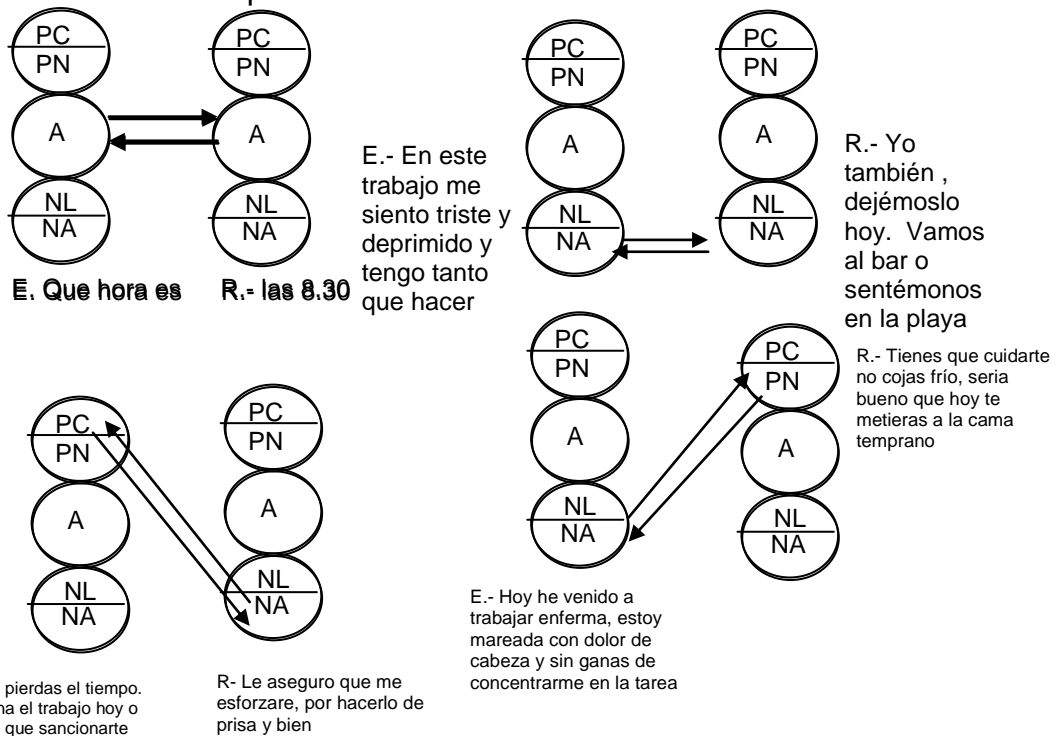
A continuación se describen los tipos de transacciones postuladas por Berne 1973 p 31-33):

1. Transacción Complementaria. La respuesta es la apropiada al estímulo.
2. Transacción Cruzada. (Conflicto) La respuesta no es la esperada, no responde a las intenciones del estímulo.
3. Transacción ulterior. El estímulo se dirige a una parte determinada de la personalidad, pero lleva también un mensaje oculto dirigido a otra parte del ego.

1.- Transacción Complementaria.

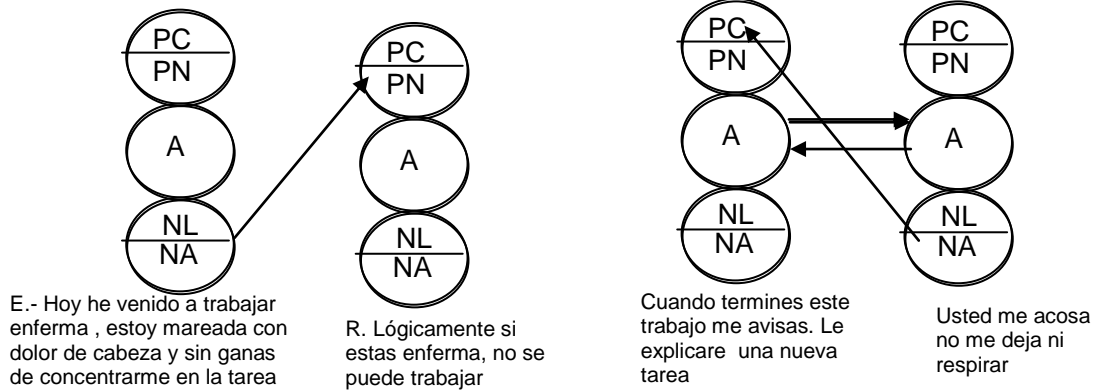
Senlle (1983) comenta que las transacciones complementarias se identifican cuando a un estímulo le corresponde la respuesta apropiada, se establece una comunicación sana, correcta, y una interpretación positiva. Al plantearse este tipo de transacción y al mantenerse un desarrollo en cadena entre dos personas, (E----R...E---R---E---R...) se produce una comunicación apropiada, que dará lugar al establecimiento de una relación humana positiva, y mantendrán abiertos los canales de comunicación.

Por lo anteriormente descrito es necesario que se identifique los estados del yo Padre, Adulto o Niño para poder establecer cadenas de transacciones complementarias. A continuación se presentan algunos ejemplos de este tipo de transacciones complementarias:



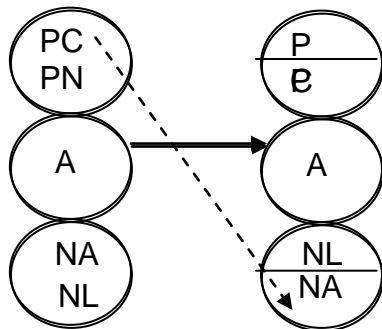
2.- Transacción Cruzada

En la transacción Cruzada la respuesta no es la esperada, no responde a las intenciones del estímulo. En este tipo de transacciones se produce la ruptura de la comunicación. Senlle (1983), ejemplos:



3.- Transacción ulterior.

Este tipo de transacciones es la más compleja y la que da origen a "juegos". Contiene mensajes múltiples que esperan ser captados por varios estados de la personalidad a la vez. Al respecto plantea un supuesto, de un empleado que casi siempre llega tarde y el jefe un día con el propósito de influir en el subordinado, trasmite un mensaje manifiesto de Adulto a Adulto, pero sin embargo hay otro oculto, ulterior a nivel psicológico que es de Padre a Niño. EL jefe le dice a su empleado: tome nota de las llegadas fuera de tiempo de toda la plantilla. En la empresa existe un reglamento y es mi responsabilidad que se cumpla.



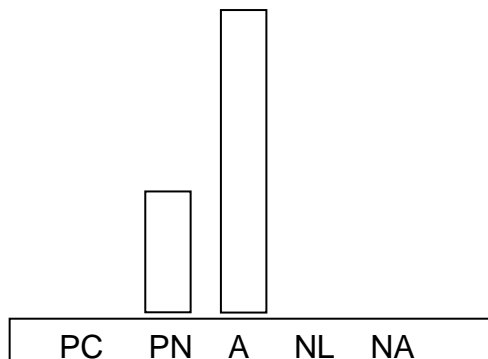
1.3.2.2.- Egogramas.

Con el egograma podemos obtener un perfil de la personalidad, es decir una fotografía ya que a través de este medio se puede delinear sus características principales considerando como base los estados del yo.

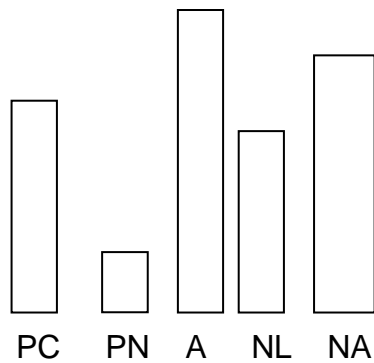
John Dusay (1973), en su trabajo “Egogramas y la Hipótesis de la constancia” incluido en el libro *Desarrollo y evolución del Análisis transaccional* propone que podemos mostrar la cantidad de energía psíquica que contiene una persona en cada uno de sus estados del yo. Es decir podemos representar la personalidad a través de este recurso.

Para hacer un egograma, Steward y Jones (2007), se hace de la siguiente manera:

1. Se dibuja una línea horizontal, y en ella se anota las siglas de las cinco partes funcionales de los estados del yo. (Padre Critico (PC), Padre Nutricio (PN), Adulto (A), Niño Libre (NL), y Niño Adaptado (NA))
2. Anótalos en el siguiente orden. PC, PN, A, NL, y NA
3. Empieza por el estado funcional que utilizas más
4. Ahora dibuja la barra del estado funcional que utilizas menos
5. Ver ejemplo:



6. Ahora dibuja las otras tres barras en los estados funcionales restantes, considerando el tiempo relativo invertido en cada uno de esos estados del yo.



7.- Utiliza como apoyo del punto anterior el esquema 6, que te permite considerar el aspecto positivo y el negativo de los estados del yo.

Además de este procedimiento, Jongeward (1980), elabora el egograma partiendo de un cuestionario, cuyas respuestas se clasifican en los diversos estados del Yo.

1.3.2.3.-Caricias.

En el Análisis Transaccional las caricias significan de modo general caricias físicas (de contacto) y caricias sociales o de reconocimiento. Eric Berne citado por Saez (2001 p. 83) define la caricia como “la unidad de reconocimiento”, así mismo indica que hay un hambre de estímulos, esta es una necesidad de ser estimulado física y mentalmente a la cual la denomino caricias, lo mismo indica, Stewart y Joines. (2001).

Saez (2001) hace referencia a una serie de investigaciones sobre el efecto de la privación afectiva o caricias en los niños entre otros:

- la monografía de J. Bowlby (1967) titulada Cuidados maternos y salud mental, en la cual se menciona la importancia que debe darse a los lazos afectivos madre-hijo en el desarrollo de la personalidad en las funciones afectivas, cognitivas y perceptivas del niño.
- Spitz citado por Sáez (2001) en sus investigaciones con niños institucionalizados concluye que sufren un retraso considerable en su desarrollo como consecuencia del aislamiento, y de falta de contacto amoroso, contacto visual, caricias. En el caso de estos niños eran alimentados, mantenidos limpios, sin embargo carecían del cuidado maternal sobre las expresiones de ternura.

En los estudios mencionados, parece confirmarse el supuesto de que cierto tipo de estímulos sensoriales del entorno son necesarios para el desarrollo ordenado y armónico de la conducta en el hombre cómo en los animales.

El mismo autor Saez (2001) menciona y describe los diversos tipos de caricias. Fig. 7.

1. Caricias Positivas. Una caricia positiva es una transacción complementaria adecuada a la situación. Ayudan a sentirse bien y aumenta el sentimiento de autoestima. Ya que reconocen, desarrollan y aumentan el bienestar de la persona... Cita algunos ejemplos, entre otros:

- Me encanta estar contigo .etc.

2.- Las caricias negativas, son aquellas que nos hacen sentir mal, disminuyen, ridiculizan rebajan, causan daño moral o físico. Cita algunos ejemplos entre otros:

- Eres un inepto, no sabes mandar.

3.- Caricias incondicionales. Se refieren a la persona, por ser quien es, tal como es, por el mero hecho de ser ella, de existir. Estas son emitidas por el Padre nutritivo o Niño natural.

- Eres lo mejor del mundo. Te quiero. Te odio.

4.-Las caricias condicionales se otorgan o se reciben por una determinada forma de ser o de hacer. Se da caricias por una acción, o algo concreto de la persona. El reconocimiento se da por lo que hace o tiene.

1 Ejemplos. Siempre eres puntal, eres maravilloso

2 Ese trabajo es una porquería.

3 Me agradas cuando presentas limpios los trabajos.

5.- las caricias de expresión personal.

Las caricias expresadas personalmente pueden ser no verbales que incluye el contacto físico (abrazos, apretón de manos etc.) o los gestos (ceño fruncido, sonrisa etc.) así como las caricias verbales, las que se dan a través de la palabra que son las más frecuentes. Las caricias también se dan o se otorgan a través de objetos (un regalo, una carta etc.).

6.-Las caricias en función de la intención con que se dan.

Estas por su intención pueden ser sinceras o falsas. La primera, se expresan sentimientos auténticos, lo que sienten. Las caricias falsas se caracterizan por ser fingidas, como ejemplo la adulación, la cual se otorga para obtener provecho.

7.- Según el estado del yo que recibe la caricia. De acuerdo a este autor indica que cada estado del yo tiene sus necesidades y apetencias dinámicas y existen los incentivos que las satisfacen. Comenta que cada estado del yo debe recibir caricias, sino las reciben pueden atrofiarse, pero si reciben en exceso uno de los estados del yo, inhibe a los otros estados del yo.

Caricias para el estado del Yo Padre serian de acuerdo a una subclasificación en Padre Critico y Padre nutricio las siguientes: Apropriadas al Padre Crítico (PC) son de estima y veneración, admirando sus valores y normas, cumpliendo sus consejos, manteniendo la tradición familiar. Para el Padre Nutricio (PN) necesita caricias de amor, reconocerle que anima y trabaja con su buen corazón a favor de los demás, que expresa afecto, apoyo.

Al estado del yo Adulto. A este estado es necesario dice el autor, para que funcione darle caricias a través de “datos exactos, eliminando prejuicios, y situaciones emocionales cuya tensión contamine la información objetiva de la realidad.

Ejemplo: Me ofreces un programa bien pensado”.

Al estado del yo Niño. En su Niño Natural (NN) se le otorgan caricias de tocar, comer, de alegría. Al Pequeño Profesor (PP), reforzarle su creatividad, su intuición. Al Niño Adaptado (NA) se le otorgan caricias de aprobación o desaprobación por su conducta. Comenta este autor que el “exceso de estas caricias lo abaten y le impiden vivir a gusto”.

Las heterocaricias. Son las caricias que nos dan otros. (Nuestros padres, amigos, compañeros)

Las auto caricias. Son el reconocimiento del valor personal que nos damos. Si son positivas reconocen y premian. Si son negativas, no reconocen el valor personal, critican y desvalorizan.

Criterios de división	Tenemos estas clases (tipos)	Algunos ejemplos
Según el aspecto de la salud	1. Caricias positivas 2. Caricias negativas	¡Me encanta estar contigo! ¡Desgraciado! ¡Imbécil!
Según el motivo por el que se acaricia	3. Caricias condicionales 4. Caricias incondicionales	¡Me gusta tu forma de vestir! ¡Eres lo mejor del mundo!
Según el medio de expresión de la caricia	5. Expresada personalmente 6. Expresada objetivamente	Un abrazo Un regalo
Según la intención del que las otorga	7. Sinceras 8. falsas	¡Eres mi mejor amigo! ¿Por qué no me dejas tu moto este fin de semana?
Según el estado del yo que recibe la caricia	9. Caricias para el Padre 10. Caricias para el Adulto 11. Caricias para el niño	¡Gracias por haberme traído al mundo! ¡Trabajar contigo es una experiencia positiva! ¡Me siento tan bien abrazado a ti!
Según su origen	12. heterocaricias 13. auto caricias	¡Eres muy valioso para nosotros! ¡Que memoria más prodigiosa la mía!

Fig. 7 Clases de caricias.

Conclusiones

1. El identificar que tipo de barreras utilizan en la comunicación y de qué modo le afectan al hijo, les permite tomar conciencia y promueve la necesidad de cambio.
2. El perfil disciplinario de los padres y su interrelación es determinante en la construcción de un ambiente sano o enfermo.
3. Los padres reciben como herencia el estilo disciplinario de sus progenitores y estos con frecuencia lo repiten.
4. La aplicación de las técnicas de este taller están orientadas a desarrollar un estilo disciplinario democrático, o educativo
5. La aplicación de las técnicas de aceptación son el antecedente para que el hijo este disponible a las peticiones del padre.
6. El autoconocimiento por medio de un perfil de su personalidad le facilita llevar a cabo acciones de cambio.
7. Cuando los padres modelan la aplicación de las técnicas, se crea un ambiente de confianza, respeto y ternura donde los hijos puedan desarrollarse.
8. La propuesta de taller en el Centro de integración Juvenil es un complemento del proceso terapéutico. Ya que frecuentemente el sistema familiar esta afectado.
9. Las caricias positivas alimentan la relación con sus hijos y con su pareja, lo cual promueve un ambiente calido.
10. las técnicas de confrontación da la posibilidad de resolver los problemas de modo calmado y sin ofensas.

Capítulo 2. El adolescente contemporáneo.

El adolescente que experimenta procesos de cambios conductuales, físicos, emocionales, sociales de modo intenso; que no son comprendidos en su contexto familiar y del cual quiere salir para explorar e insertarse en un mundo social con grandes peligros. Cuyos recursos para salir adelante son sus capacidades y limitaciones, la imagen de lo que le han hecho pensar que es, el modo en que fue educado antes de esa etapa.

Por la importancia que tiene el conocer las características para educar u orientar se plantean algunos conceptos de lo se entiende por adolescencia entre otros “la edad en que los padres se ponen imposible y prohíben todo y no comprenden nada”; se mencionan algunas características, como la búsqueda de ser el mismo, el de autoafirmarse a través de la oposición, el refutar, el de rechazar la ayuda no obstante que la necesita etc. Y finalmente se indican algunos problemas a los que se enfrenta como los relacionados al consumo de drogas entre otros.

El adolescente actual se siente impulsado, presionado a insertarse en un contexto que en algunas ocasiones puede parecerle difícil de asimilar. Es en este contexto donde se incorpora en una constante transformación. Al respecto Santrock (2004 p. 11) comenta que hoy, es el mejor y el peor momento para el adolescente.

“Considera el mejor momento ya que el mundo le ofrece:

- 1 Mayor esperanza de vida
- 2 Accesibilidad a cualquier parte del mundo, a través de la televisión, Internet y las vías de transportación
- 3 La interacción a través del Internet

“Y es el peor momento para el adolescente; ya que las tentaciones y los peligros del mundo adulto llegan y adolescente tan pronto, que con frecuencia no están preparados emocionalmente para asimilarlos de forma eficaz como ejemplo menciona los siguientes”:

- 1 El crack es más adictivo que la marihuana , la droga de la generación anterior
- 2 Extraños y exagerados fragmentos de violencia y sexo emergen de los televisores y se instalan en la mente de los jóvenes
- 3 Los mensajes son impactantes y contradictorios los videos de rock sugieren sexo orgiástico.
- 4 La televisión proyecta una versión distorsionada de la realidad en la imaginación de muchos jóvenes
- 5 Un elevado índice de divorcios y de embarazos de los adolescentes

En nuestro contexto se observa que:

- 1 Hay un incremento en el consumo de droga.
- 2 Inseguridad, robo, desempleo, secuestros, asaltos.
- 3 Desconfianza en las autoridades que imparten justicia.
- 4 Corrupción en diversos niveles de autoridad gubernamental.
- 5 Lucha por el poder político.

- 6 Fortalecimiento de la delincuencia organizada, que usan al adolescente como foco de consumo y distribución.
- 7 Crisis religiosa (sacerdotes violadores, menor número de sacerdotes).
- 8 Mayor incremento de divorcios.

Como se ve es difícil el desarrollo para el adolescente que está en proceso de buscar su propio camino.

2.1.-Concepto

Mier y Terán (1995, p.14) hace referencia entre otras a las siguientes definiciones:

“La adolescencia es la edad en que los padres se ponen imposibles, prohíben todo y no comprenden nada” Los adolescentes.

“Es la etapa de transición de la vida de un niño a la vida de adulto. Se caracteriza por cambios físicos significativos que culminan con la madurez sexual. Estos cambios físicos se ven cómo un índice de ingreso a la adolescencia, pero esta es más que un periodo de cambios físicos, también lo es de cambio en el conocimiento. El adolescente se mueve en un pensamiento vinculado con lo concreto, el aquí y ahora a un pensamiento ligado también con lo abstracto y o futuro. También es un fenómeno social que varía de cultura a cultura. En algunas culturas es muy breve o no existe, en otras va más allá de los límites de los cambios de la pubertad”

Los autores como Santrock (2004 p.13); Stanley Hall en Santrock (2004); Aberastury (2005) consideran a la adolescencia, con pequeñas diferencias cómo:

1. La continuación del desarrollo evolutivo del ciclo vital.
2. Como un periodo de vida que inicia aproximadamente entre los 10 y los 13 y finaliza entre los 18 y los 22.
3. Durante el cual se dan una serie de cambios biológicos, cognitivos y socio emocionales.
4. Busca el adolescente establecer su identidad adulta (Knobel 2005), apoyándose en las primeras relaciones con figuras paternas. Es decir un ser nuevo diferente a como ha sido, basándose en las relaciones personales que ha establecido con sus padres o equivalentes.
5. Una etapa turbulenta dominada por conflictos y cambios anímicos Stanley Hall.
6. Considera esta etapa como clave ya que si no se guía adecuadamente al adolescente lo puede llevar a problemas afectivos y de comportamiento.
7. Tratan de crear su propia identidad personal y un sentido de autonomía.

Aberastury (2005) comenta que el crecimiento y las modificaciones del cuerpo al llegar a la pubertad le plantean diversas situaciones como:

1. La pérdida definitiva de su condición de niño al entrar al mundo del adulto.
2. Un cambio de rol frente al mundo exterior y el mundo externo se lo exige.
3. Fluctuación entre una dependencia y una independencia.
4. Impulsado hacia el futuro por él mismo y por el medio y temeroso de perder lo conocido.
5. Se ve obligado a adoptar nuevas pautas de convivencia.

Knobel (2005 p. 39) piensa que la estabilidad de la personalidad se logra si se pasa por un cierto grado de conducta patológica, que según su criterio debemos considerar como inherente a la evolución normal de esta etapa de la vida. Al respecto Anna Freud en Knobel (2005 p. 41) indica que “es muy difícil señalar el límite entre lo normal y lo patológico en la adolescencia y considera que en realidad toda la conmoción de este periodo de la vida debe ser estimada como normal”. Al respecto Knobel (2005 p. 43) indica que sería anormal la presencia de un equilibrio estable durante el proceso de la adolescencia. El adolescente atraviesa por desequilibrios como ensimismamiento, alternando con audacia, timidez, urgencia, desinterés, apatía, con crisis religiosas que oscila entre ateísmo al misticismo fervoroso a todo esto es lo que ha llamado una entidad semipatológica, o el síndrome normal de la adolescencia.

2.2.- Características de la adolescencia.

Algunos autores Vernieri (2006 p. 6); Knobel (2005 p. 44); Callabed (2004 p. 22) están de acuerdo en que éstas son las características comunes de la adolescencia.

Es un periodo que se caracteriza por:

1. Las emociones se muestran con muchas variaciones (las emociones fluyen apasionadamente, constantes fluctuaciones del humor y del estado de ánimo).
2. Necesidad de independencia. (la casa se convierte en una especie de prisión y empieza a aparecer restrictiva, se separan progresivamente de sus padres, necesidad de bastarse así mismo).

Como complemento al punto 1, **Stanley** () percibe la vida emotiva entre varias tendencias contradictorias, que puede ir:

De	A
1. Energía y actividad sobrehumana.	1. Indiferencia, letargo y desgano.
2. Alegría, risas euforia.	3. depresiva y melancolía.
4. Egoísmo, vanidad y presunción.	5. Apocamiento y la timidez.

6. La bondad y la virtud.	7. También emerge la tentación.
8. Desea la soledad y el aislamiento.	9. Pero al mismo tiempo se encuentra integrando grupos y amistades.
10. Los compañeros ejercen una gran influencia sobre él.	
11. Sensibilidad y ternura.	12. Dureza y crueldad.
13. Apatía e inercia.	14. Curiosidad entusiasta y un impulso a descubrir.
15. Anhelo por encontrar ídolos y autoridad.	16. Radicalismo revolucionario dirigido contra toda autoridad.

Las características específicas que algunos autores atribuyen a la adolescencia:

Vernieri (2006 p.6) menciona las siguientes:

1. Puede sentir que lo puede todo y al instante siguiente que no sirve para nada o que no puede.
2. Buscan ser aceptados y reconocidos por sus iguales en un grupo.
3. Se comunican en su grupo por medio de mensajes comúnmente incomprensible para los adultos. Se ponen apodos, sin que ésto sea una ofensa para ellos.

Knobel (2005 p. 44) a manera de resumen considera que las características de la adolescencia son:

1. Búsqueda de si mismo y de la identidad.
2. desarrollo sexual que va desde el autoerotismo hasta la heterosexualidad genital adulta.
3. Actitud social reivindicatoria con tendencias antisociales de diversa intensidad.

Callabed (2004 p. 22) en su obra "*Como puedo ayudar a un adolescente*", menciona las siguientes características:

1. Obstinado.
2. Con afán de contradicción.
3. Deseo de ser admirado.
4. Rebeldía ante las normas.
5. Se radicaliza ante el autoritarismo y la incomprensión.

2.3.- Los problemas actuales de la adolescencia.

Las necesidades de reconocimiento, de prestigio, la necesidad de indagar, de conocer, la necesidad de afecto, de satisfacer sus necesidades fisiológicas, de probarse a sí mismos, de explorar sus límites y el tratar de diferenciarse como vías para el descubrimiento de uno mismo busca cubrirlas a través de involucrarse en diversos problemas entre otros:

Los problemas citados por Santock (2004 p 379) y Crespillo (1998) están:

Santrock	Crespillo
<ol style="list-style-type: none"> 1. Consumo de drogas y alcohol. 2. La delincuencia juvenil. 3. Problemas relacionados con los estudios. 4. Los problemas sexuales. 5. La depresión. 6. El suicidio y los trastornos de la alimentación. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Drogas. 2. Malas amistades. 3. Relacionadas con el sexo. 4. Alcohol. 5. Falta de autoestima. 6. Padres separados. 7. Fracaso escolar 8. Inestabilidad entre padres 9. Salidas nocturnas 10. Enfrentamiento padres e hijos 11. Fugas de casa

Al respecto Santrock (2004) en su obra “Adolescencia” comenta que hay diversos tipos de factores que pueden intervenir en la aparición de los problemas de los adolescentes. Menciona tres factores, los biológicos, los psicológicos y los factores socioculturales.

Los problemas de carácter biológico se atribuyen a un inadecuado funcionamiento del cuerpo del adolescente y se centran principalmente en el cerebro y en los factores genéticos como posibles causas de los problemas (si un adolescente está deprimido se le receta un antidepresivo).

Con relación a los factores psicológicos que pueden provocar problemas adolescentes se encuentran la confusión emocional, el aprendizaje inadecuado y las dificultades para interactuar con otros.

Al respecto los teóricos psicoanalíticos atribuyen los problemas, a las experiencias tempranas estresantes que tienen los niños con las figuras paternas. Los teóricos de la conducta y los socio cognitivos creen que los problemas adolescentes son una consecuencia de las experiencias sociales que tienen los adolescentes con otras personas como las relaciones con sus padres y con sus iguales están íntimamente relacionados con éste tipo de problemas.

Respecto a los factores socioculturales que influyen sobre el desarrollo de los adolescentes se incluye el nivel socioeconómico y la calidad del barrio en el que se vive, por ejemplo la pobreza es un factor que contribuye notablemente a la delincuencia.(Brown y Adler, 1998) en Santrock (2004).

Para promover el desarrollo adecuado del adolescente este mismo autor dice que el Search Institute de Minneapolis ha elaborado una lista de 40 recursos de protección de los cuales 20 son recursos internos y la otra mitad externos. Dicho instituto en su estudio informa que los jóvenes que poseen más recursos de protección, se involucran menos en problemas (alcohol tabaco, violencia y otros) que los que poseen pocos recurso

De los 20 recursos externos incluye:

- 1 El apoyo de la familia y del barrio.

- 2 Que haya adultos en el barrio que valoren a los jóvenes y que éstos desempeñen roles útiles en la comunidad.
- 3 Que los padres establezcan normas claras y consecuencias claras de su comportamiento y que supervisen el comportamiento del hijo y con quien se relacionan.
- 4 Que usen de modo constructivo el tiempo libre cómo participar en actividades creativas dos o tres veces a la semana y en programas juveniles organizados tres o más horas a la semana.

De los recursos internos:

- 1 Estar motivado a sacar buenas notas y dedicar una hora diaria a las tareas escolares.
- 2 Valores positivos como ayudar a los demás.
- 3 Competencias sociales como poseer competencias interpersonales como la empatía y la capacidad de establecer amistades.
- 4 Identidad positiva, es tener sensación de control sobre la propia vida y una alta autoestima.

Comenta que hay adolescentes que se sobreponen y triunfan a pesar de las adversidades de la vida. Al respecto en el cuadro siguiente se observa una serie de variables que caracterizan a los niños y adolescentes que son capaces de afrontar con éxito las condiciones desfavorables.

origen	Característica
individual	Buen funcionamiento intelectual. Agradable, sociable y de buen trato. Confianza en sí mismo, elevada autoestima. Talento, fe.
Familia	Relación estrecha con una figura paterna afectuosa. Estilo educativo paterno democrático: calidez, estructura, expectativas elevadas. Ventajas socioeconómicas. Conexiones con las redes de apoyo de la familia extensa.
Contexto extra familiar	Vínculos con adultos pro sociales externos a la familia Vínculos con organizaciones pro sociales. Asistir a un centro educativo eficaz

Cuadro No. 8 Características de los niños y adolescentes capaces de afrontar con éxito condiciones desfavorables.

Como una explicación de los problemas de la adolescencia Waddell (1998) considera que los adolescentes al probarse a si mismos, explorar sus límites y el tratar de diferenciarse como vías para el descubrimiento de uno mismo lo pueden llevar a comportamientos que van más allá de lo tolerable tanto para los padres, la escuela, la comunidad y para el propio joven. Lo cual puede encontrar su expresión en conductas antisociales, delictivas, destructivas, para él o para otros.

La prisa por encontrarse así mismo dice esta relacionada con la separación del hogar, con conflictos, con desengaños y con el averiguar quién es uno y que se quiere; aunque es característico de esta etapa ir de un extremo a otro.

Si se va demasiado lejos en la búsqueda pueden surgir problemas los corriente es la dificultad de no saber trazar los límites ya se trate de comida, de drogas, de alcohol, de sexo etc.

El hurtar es uno de los llamados actos antisociales a los que tienen que hacer frente muchos padres. Con su mala conducta el joven desafía y despierta impulsos primitivos de castigo y de imponer estricta disciplina que creemos sea la solución. Pero en realidad esa conducta de hurto no es sino expresión de angustia.

Esto es un problema difícil porque remueve sentimientos muy hondos rabia, la vergüenza, el sentimiento de culpa etc. Nos impide ver que los excesos de los adolescentes representan importantes intentos de comunicación.

Conclusiones.

1. Para un padre conocer las características de un adolescente le permite ayudarlo como adolescente mostrándose tolerante sobre todo cuando se convierte en un joven desordenado, desobediente, terco, con afán de contradicción, incomodo ante el autoritarismo y la incomprensión.
2. Las conductas del padre de ordenar, de juzgar, evaluar, criticar, sermonear o interrogar sin fijar límites no es adecuado para orientar a su hijo adolescente, ya que éste requiere ser escuchado, comprendido y respetado y orientado.
3. Las técnicas de aceptación facilitan que el hijo se sienta comprendido, aceptado y respetado lo cual le ayuda en su proceso de maduración.
4. Es importante que el padre identifique cuales son los factores de protección y de riesgo que existen en su contexto familiar para mantenerlos o inhibirlos respectivamente.
5. Es necesario establecer que los hijos son personas, con capacidad de decidir, que les podemos ayudar a resolver sus problemas respetándolos como persona y lanzándolos a que los resuelva.
6. Enfatizar que los factores de riesgo como el alcoholismo, las riñas entre los padres y la mala comunicación son determinantes en los problemas de los hijos.

Capítulo 3. Las Adicciones.

Las aspiraciones de padres e hijos se ven truncadas por este fenómeno de las adicciones, que afecta o destruye el potencial o las capacidades de quienes caen en sus garras y dañan severamente la dinámica familiar. Por lo cual prever y orientar es una de las acciones prioritarias de los padres para lograr hijos autónomos, felices

En este capítulo veremos algunos conceptos de lo que se entiende por fármacodependencia o drogadicción; se incluye diversos criterios de clasificación ya sean en legales o ilegales; duras o blandas etc. Así como el porcentaje de consumo que cada vez se incrementa en secundarias y bachillerato considerándose como áreas de alto riesgo; se verán también los factores o situaciones que facilitan el consumo de drogas entre otras el alcoholismo de los padres, las riñas constantes etc. así como otros factores de protección como la comunicación clara, franca y amorosa que protegen e inhiben el consumo de las drogas.

3.1.- Concepto.

Entre los problemas que padecen los adolescentes están las **adicciones** que también se denominan fármacodependencia, toxicomanía, drogadicción o drogodependencia. (Carrillo 2004 p.19).

Este autor dice que fármacodependencia es el consumo repetido, periódico o crónico de una droga que afecta al individuo en su salud física y mental y altera su vida familiar, laboral y social. Es repetido cuando lo hace frecuentemente. Es periódico cuando la persona consume la droga cada mes, quincena semanal etc. Y es crónica, cuando persiste en su consumo.

Moreno (2003 p.14), en la obra "Drogas las 100 preguntas más frecuentes" del Centro de Integración Juvenil C.I.J. define la drogadicción o fármacodependencia como "el consumo repetido de una droga que suele provocar una necesidad urgente e inevitable de seguir usándola sin importar las consecuencias".

Se comenta en la obra mencionada que la drogadicción modifica el comportamiento del individuo consumidor, generando cambios en el estado de ánimo, los hábitos alimenticios y las ocupaciones diarias. También se considera a las adicciones como un "proceso anormal, prolongado y compulsivo que tiene dos características esenciales: la tolerancia, es decir el adicto requiere usar cada vez mayor cantidad de la droga para obtener los mismos efectos- o sensaciones- placenteros". Así mismo se genera el "síndrome de abstinencia que es el conjunto de síntomas que se presentan al dejar de consumir o reducir la dosis de la droga a la que se es adicto" (Drogas las 100 preguntas más frecuentes" p. 145).

En dicha obra dice que sólo cuando se identifica que "una persona ha desarrollado tolerancia y tiene el síndrome de abstinencia, puede decirse que es adicto o dependiente de una droga"

En la obra “Nueva Vida *prevención de las adicciones y promoción de conductas saludables del gobierno federal*” (S/Fecha, p. 23), se define a las adicciones como” la dependencia fisiológica y/o psicológica a alguna sustancia psicoactiva legal o ilegal provocada por el abuso en el consumo, que causa una búsqueda ansiosa de la misma.

3.2.- Clasificación de las drogas y porcentajes de consumo.

A continuación veremos diversos enfoques de lo que se considera como drogas, su clasificación y porcentajes de consumo de dichas sustancias.

En la obra Nueva Vida, *prevención de las adicciones y promoción de conductas saludables del Gobierno federal* (S/Fecha, p. 16) indica que la Organización Mundial de la Salud, considera a la droga como “toda sustancia que, introducida en el organismo vivo, pueda modificar una o varias de sus funciones”. Esta misma organización mundial intentó delimitar cuales eran las sustancias que producían dependencia y declaró como droga “aquella con efectos psicoactivos (capaz de producir cambios en la percepción, el estado de ánimo, la conciencia, y el comportamiento) susceptible de ser auto-administrada”

Desde la perspectiva médica y científica se utiliza el vocablo droga para referirse a un gran número de sustancias que cumplen las siguientes condiciones:

- 1 Que incorporadas son capaces de alterar una o varias de sus funciones psíquicas de la persona.
- 2 Inducen a las personas que las toman a repetir su auto administración, por el placer que generan.
- 3 No tienen ninguna indicación médica y si la tienen, pueden utilizarse con fines no terapéuticos.

Con respecto a la clasificación de las drogas, Carrillo (2004, p. 28) indica que las drogas se clasifican de diferentes modos, según los criterios que se utilicen.

Según el tipo de dependencia que producen:

- 1 Duras, que son las que producen dependencia física y psíquica y por tanto es más difíciles de superar la adicción.
- 2 Blandas que son las que producen dependencia psicológica, se cree que son menos adictivas, o son más fáciles de superar en caso de adicción.

Otra clasificación que es frecuente y está basada en los efectos que las drogas producen en el sistema nervioso son:

- 1 Drogas estimulantes como: cocaína (base, clorhidrato, crac, piedra), anfetaminas, (tachas), café, te, tabaco, alcohol metanfetaminas

(éxtasis), alucinógenos (peyote, hongos, LSD) y marihuana y alcohol.

- 2 Depresoras: como inhalantes (benceno, tolueno, xileno), tranquilizantes (pastillas para dormir), barbitúricos (tranquilizantes mayores), opioides (opio, morfina, codeína).

El Centro de Integración Juvenil C.I.J (2003 p. 9)) en la obra “Drogas las 100 preguntas más frecuentes, indica que las drogas han sido clasificadas de diferente manera tales como:

Por su comercialización	<p>Legales (alcohol y tabaco). No obstante que existe una gran diversidad de estudios que confirman los problemas de salud y sociales que provocan (el alcohol y el tabaco) sin embargo siguen siendo aceptados como legales debido a factores que pueden ser los económicos, los culturales o simplemente políticos.</p> <p>Ilegales (marihuana, cocaína, heroína y metanfetaminas). Al respecto esta misma clasificación de drogas legales e ilegales la considera Carrillo (2004 p 28).</p>
Por sus efectos	<p>Estimulantes (cocaína, anfetaminas, éxtasis, y tabaco)</p> <p>Depresoras (marihuana, alcohol, hipnóticos y sedantes e inhalables)</p> <p>Alucinógenas (LSD, PCP, mezcalina, peyote).</p>
Por su origen:	<p>Naturales (opio, marihuana, mezcalina y peyote).</p> <p>Y Sintéticas (éxtasis y metanfetaminas).</p>
de uso médico	<p>Cuyo propósito es el de tratar algún padecimiento o trastorno. Sin embargo algunas son utilizadas para alterar el estado de conciencia.</p>

Con relación al porcentaje de consumo según la encuesta nacional de adicciones que se llevó a cabo en México en el 2002.

Drogas legales y aceptadas socialmente	<p>El alcohol lo ha consumido por lo menos una vez en su vida 53 millones de personas</p> <p>El tabaco casi 14 millones de personas son fumadores</p>
En cuanto a las drogas ilegales	<p>La marihuana la han consumido 2.4 millones.</p> <p>En segundo lugar lo ocupa la cocaína que ha sido consumida por más de una persona de cada 100 de nuestra población.</p>

	<p>En tercer lugar son los inhalables (thiner, pegamento y disolventes)</p> <p>Según diversos estudios los adolescentes son los que consumen más drogas, lo cual es debido entre otras cosas a la etapa de vida que están pasando.</p>
--	--

En la obra "Prevención de las adicciones y promoción de conductas saludables del gobierno federal" (S/Fecha, p 47), indica que en la encuesta nacional de las adicciones 2002, se proporciona la siguiente información:

Categorías. Tabaco	Cantidades
Fumadores activos o regulares.	16 371 601
Fumadores pasivos.	17 860 537
Fallecen diariamente por uso del Tabaco.	150 (uno por cada 10 min.)
Gasto para atacar el problema.	30 000 millones de pesos.

Indica que entre los fumadores adolescentes, tanto hombres como mujeres, ha disminuido la edad a la que inician el consumo, incluso antes de los 12 años.

Con relación al consumo del alcohol informa lo siguiente

Categoría alcohol	
Dependencia alcohólica de hombres	2 595 300
Dependencia alcohólica mujeres	246 003
Dependencia alcohólica total en México	2 841 303 (El 18% requiere tratamiento específico).
En las salas de urgencias médicas (elevado nivel de ingresos por lesiones).	El 21% asociado al consumo de alcohol.

Se menciona en esta obra que "México se ha caracterizado por ocupar uno de los primeros lugares de mortalidad por cirrosis hepática alcohólica.

El consumo de alcohol en adultos de zonas urbanas ha disminuido levemente en los hombres en tanto que se ha incrementado 7% en las mujeres" (p.50)

Consumo de otras drogas

Consumo de drogas ilegales	
----------------------------	--

Han consumido drogas ilegales entre 12 y 65 años de edad “alguna vez en su vida”	3 508 641 personas
--	--------------------

En la obra “Prevención de las adicciones (S/F, p.51).....se comenta que el “uso de la cocaína se ha incrementado a partir de los años 80 debido a la ampliación del mercado y a la facilidad con que se consigue, especialmente los jóvenes que mantienen su consumo mediante la venta de sustancias entre sus compañeros”.

El mayor mercado de cocaína son las calles a través de otros adictos, vagos, o niños de la calle (narcomenudeo).

A mediados de la década pasada la cocaína ha comenzado a ser substituida por anfetaminas y otra drogas que resultan ser sencilla su producción a nivel local y a no ser importada.

3.3.- Factores de riesgo

En la obra “prevención de las adicciones y promoción de conductas saludables” el C.I.J, indica que los factores de riesgo “son circunstancias que hacen más probable que una persona se inicie en el consumo de drogas”.

Callabed (2004) indica tres agrupamientos de factores de riesgo: 1.- personales y del entorno, 2.- Familiares y 3.- Escolares, que a continuación se describen:

1.- Factores personales y del entorno.	2.- Factores familiares
Permisividad social.	Alcoholismo de los padres.
Curiosidad. Falta de información sobre los efectos reales a largo plazo.	Psicopatología de los padres.
Sed de aventuras.	Abuso familiar de analgésicos y tranquilizantes.
Porque está de moda las modas son más contagiosas que las infecciones.	Carencia de relaciones afectivas.
Presión de grupo de amigos. Deseo de ser aceptado. Rituales de grupo.	Autoritarismo sistemático. Rigidez inadecuada.
Reacción a un vacío espiritual, a un fracaso escolar o social.	Permisividad de consumo. Otros factores que afectan: Divorcio, Separación, Falta de estructura familiar.
Sustitución de la familia por un grupo de amigos con una subcultura que le cobija.	Maltrato físico, psíquico o sexual. Pérdida de modelo de identidad de los padres imposibilitando idealizar o imitar a los mismos. Dinámica familiar alterada Roles

	paternos desajustados. Madre: sobre protectora, ansiosa, dominante. Padre: pasivo, desinformado, periférico.
--	--

<p>3.- Factores escolares. Entre otros:</p> <p>Rechazo de un tercio del personal docente de toda implicación de enseñar el tema de las drogas.</p> <p>Rechazo de abordar el tema con los alumnos y derivación del problema a la familia y al personal sanitario.</p> <p>Rechazo a admitir que los alumnos que controlan diariamente puedan ser consumidores de drogas y a tener que advertirles por este motivo.</p> <p>La escuela rechaza implicarse en políticas activas y pérdida de imagen del colegio, pues los padres no aceptarían que sus hijos convivieran con drogas y preferirían otro donde no exista este problema.</p>
--

En opinión de Callabed (2004) la escuela necesita adoptar las medidas de protección siguientes:

- 1 Un director involucrado.
- 2 Definición de reglas claras pertinentes, justas , aplicables y difundidas.
- 3 La creación de un comité con imagen y capacidad de apoyar a los jóvenes.
- 4 Motivar a los profesores ya que son los actores y responsables de la formación del joven.

Polaino y de las Heras (2001 p.19) indica una serie de rasgos de la personalidad que predisponen a la drogadicción:

- 1 Fácilmente influenciable por los demás. Los jóvenes tienden a imitar y a participar en razón del tipo de personas con las que tratan y a las que admiran.
- 2 Timidez o dificultad en el contacto social. Las personas tímidas con más dificultad para el contacto social , pueden recurrir al alcohol u otras drogas para lograr disminuir o romper la sensación de bloqueo intelectual o afectivo que a menudo experimentan en sus relaciones con los demás.
- 3 Falta de seguridad en uno mismo.
- 4 Tendencia a la apatía. Aquellos que no parecen mostrar interés por casi nada, pueden encontrar en la droga un aliciente que los saque de su apatía.
- 5 Abulia o falta de fuerza de voluntad.
- 6 Tendencia a la soledad. Estos tienen un alto riesgo de caer en el alcoholismo.
- 7 Dificultad de integración social. Estos corren mayor riesgo de convertirse en drogadictos debido a su falta de interés y de respeto por las normas sociales elementales y por su actitud egocéntrica.
- 8 Rechazo de todo sufrimiento, frustración.
- 9 Curiosidad excesiva. Para probar a que se siente , que alentado por el grupo se engancha en el consumo.

10 Alto interés por experimentar sensaciones nuevas e intensas. Esta actitud típica del adolescente que quiere descubrir rápido la vida y hasta donde es capaz de llegar, puede llevarlo al abuso.

11 Alto afán por el riesgo y las conductas arriesgadas o peligrosas

Carrilo (2004 p.13) considera como factores de riesgo los siguientes agrupamientos:

En el adolescente:	En los padres como:	En la familia pueden ser:
Problemas de conducta Bajo rendimiento escolar Pequeñas infracciones Actos antisociales Problemas emocionales Consumo experimental de drogas	Conflictos de pareja Problemas por el abuso del alcohol Alcoholismo Autoritarismo en uno o en ambos padres	Roles familiares confusos. Reglas de interacción familiar difusas. Comunicación deficiente o inexistente. Distanciamiento entre padres e hijos. Involucramiento de familiares de origen del padre o de la madre.

De crisis en el papel de padres	En la comunidad
Pérdida de autoridad. Dudas con respecto al ejercicio de la autoridad y el límite (lo que se vale y no se vale).	Disponibilidad de la droga. Grupo de jóvenes que se drogan. Ausencia de lugares de recreo, para hacer deporte.

En la obra Prevención de las Adicciones y Promoción de Conductas Saludables (p. 36) del Gobierno Federal relacionan los factores de riesgo con los de protección, de los cuales se muestra un extracto:

Factores Individuales de riesgo	Factores Individuales de protección
Temperamentales	
Aislamiento Enfado y actitud apática.	Tendencia al acercamiento Actitud positiva.
Características cognitivas y afectivas	
Atrasos en las habilidades de desarrollo: baja inteligencia, incompetencia social, problemas en la lectura y malos hábitos de trabajo Apatía Desesperanza.....	Habilidades cognitivas: coeficiente intelectual verbal y matemático promedio, por lo menos. Aptitudes sociales Empatía Adecuada autoestima....

Factores Familiares de riesgo	Factores Familiares de protección
Aislamiento y marginalidad en la casa	Comunicación abierta y asertiva

Mala relación con los padres o entre hermanos Familia disfuncional	Buena relación con padres y hermanos Cohesión o unión familiar
---	---

Factores sociales de riesgo	Factores sociales de protección
Escuela.	
Barreras comunicacionales y de cordialidad entre los profesores y estudiantes. Asociación con compañeros que consumen drogas. Falta de comunicación con los padres de familia. Problemas interpersonales: rechazo a otras personas, aislamiento del grupo.	Buena comunicación profesor-estudiante Buenas relaciones con los compañeros. Conexión entre la casa y la escuela. Fomento de la vida saludable dentro y fuera de la escuela. Fomento de trabajo en equipo y de la creatividad.
Compañeros.	
Asociación con amigos o conocidos que consumen drogas. Rechazo del círculo inmediato de compañeros. Búsqueda de la identidad a través del grupo.	Lazos seguros con los compañeros y otros adultos que modelan conductas positivas de salud y sociales. Apoyo social de los compañeros. Relación con diversos grupos.
Comunidad.	
Circunstancias de la comunidad: desorganización en el barrio, pobreza extrema, injusticia racial, alto grado de desempleo. Problemas interpersonales: Aislamiento y rechazo de los demás . Falta de información sobre los efectos de las drogas.	Participación activa que favorezcan la convivencia dentro de la comunidad. Apoyo social. Instrumentación de acciones a favor de la prevención de adicciones . Promoción de actividades de ocio y tiempo libre.

Publicidad de drogas legales.	Aéreas que favorezcan la convivencia
-------------------------------	--------------------------------------

3.4.- Factores de protección

“Los factores de protección inhiben, atenúan, minimizan, reducen La posibilidad del consumo de drogas” (prevención de las adicciones y promoción de conductas saludables, del gobierno federal S/fecha p. 33)

En la obra como proteger a tus hijos contra las drogas del centro de integración juvenil CIJ 1999 p. 153) indica que hay situaciones o condiciones que protegen a la familia contra el consumo de drogas, ya que incrementan la resistencia y disminuyen el riesgo de uso.

Dice este centro que a través de diversas investigaciones se ha demostrado que existen situaciones que protegen a las personas ante el consumo de drogas. Estos factores funcionan cómo un escudo ante el fenómeno de la drogadicción.

- 1 Establecer valores y principios. Para lo cual es necesario definirlos, comunicarlos modelando, ya que a través de estos valores se toman decisiones y juzgan lo pertinente.
- 2 Los padres deben establecer y aplicar normas contra el uso de drogas. Para lo cual es necesario que se expliquen las razones en que se basan cada norma.
- 3 Fortalecer la autoestima. Esa tarea es muy relevante, es necesario demostrarle cariño y aceptación a su persona tanto cuando elogia como cuando corrige sin dañar o herir. para lo cual evite juzgar, comparar, ridiculizar etc.
- 4 Hablar con el hijo y escucharlo. Comenta que el padre debe aprender a escuchar, que el hijo se sienta cómodo al transmitir sus problemas o preguntas.
- 5 Brinde elogios. .Destaque las cosas que hacen bien con ello los hijos aprenden a sentirse seguros de sí mismos y desarrollar la confianza necesaria para tomar decisiones.
- 6 Dar ternura el intercambio afectivo, la expresión de afectos genera un clima de apoyo lo cual puede ser verbal o no verbal (abrazo, palmada etc.).
- 7 Fomentar el apego a la escuela y el desarrollo de hábitos de estudio. considera que es necesario estar pendiente del desarrollo escolar y en caso de ser necesario buscar o dar el apoyo en aquellas áreas en donde el joven sienta que tiene dificultades.
- 8 Actuemos de acuerdo a la edad de los hijos. El trato que demos al hijo cambia de acuerdo a su edad. Al respecto el centro plantea una serie de recomendaciones, de las cuales, sólo se agrupan las siguientes :

Para los jóvenes de de 12 a 17 años, consideran los siguientes:

- 1 Identifique lo que sus hijos consideran importante en su vida en ese momento como la sexualidad, el de ser diferente a sus amigos, el ingreso a la escuela secundaria etc.).
- 2 Revise y actualice las normas de la casa y las responsabilidades de los hijos (labores del hogar, horas para ver tv, horarios de regreso a casa etc.).
- 3 Hable del tema de la amistad de lo que ellos creen y de lo que piensan sus amigos, de ejemplo de malas y buenas amistades.
- 4 Siga hablando con los hijos sobre el uso del alcohol y otras drogas (en la preparatoria, es posible que tengan nuevos amigos que consumen o que conozcan personas que lo hacen). Explique de qué manera amenaza o limita oportunidades en el futuro.
- 5 Estimule a que sus hijos sean voluntarios en el Centro de integración juvenil u otra institución, a que se asocien a deportivos o algún club de teatro, danza, etc.

En la obra Prevención de las Adicciones y Promoción de Conductas Saludables p. 40 del Gobierno Federal relaciona estos factores internos con su explicación correspondiente que resultan protectores:

- 1 “Autoestima estable. Es la base para que la persona salga adelante; además es la consecuencia del cuidado afectivo por parte de un adulto, que a ella le signifique algo.
- 2 Introspección. Como la habilidad de preguntarse a si mismo y darse una respuesta honesta.
- 3 Autonomía. Es la capacidad de fijar límites entre uno mismo y el medio, de mantener distancia emocional y física sin aislarse.
- 4 Capacidad de relacionarse. Es la habilidad para establecer lazos con otras personas; primero para satisfacer las propias necesidades de afecto.
- 5 Humor. Encontrar lo divertido de la vida. Incluso en situaciones problemáticas.
- 6 Creatividad. La capacidad de lograr algo novedoso a partir del caos y el desorden.
- 7 Capacidad de pensamiento crítico. Permite analizar con razón y lógica las causas y responsabilidades de la adversidad que se sufre.

Conclusiones

1. Los padres con un liderazgo democrático protegen a los hijos contra el consumo de las drogas.
2. En ambientes familiares donde existen adicciones es más probable el consumo de drogas.
3. En contextos donde priva la venta de drogas, pobreza extrema, pandillas, carencia de área de esparcimiento, corrupción etc. facilitan o empujan al adolescente al consumo.

En el capítulo siguiente se propone el taller de orientación a padres con hijos adolescentes que presentan adicciones, donde se detallan los objetivos de aprendizaje, la población al que se dirige, la duración materiales e instrumentos necesarios, las cartas descriptivas y los criterios de evaluación. En el taller a los padres se les proporcionará como apoyo y consulta el manual del participante.

4.- Propuesta de taller.

A fin de que los padres puedan guiar u orientar a sus hijos adolescentes en su desarrollo, se les proporciona las herramientas de comunicación necesarias en 9 sesiones. Cada una con un objetivo específico, de tal modo que al término de cada sesión se verifiquen si se han logrado los objetivos que se pretenden.

En la primera sesión básicamente se crea una comunidad de aprendizaje, un ambiente de confianza para que los padres puedan aprender y se comprometan al cambio; En la segunda ellos detectan como hábitos las barreras de comunicación y los efectos que provocan en la comunicación con sus hijos. En una tercera sesión se les enseña entre otras técnicas la forma activa de escuchar. En la siguiente detectan su estilo disciplinario y el lenguaje que lo caracteriza, esta sesión se vincula con la quinta sesión que se relaciona con el funcionamiento positivo o negativo de su personalidad. Así mismo se pretende en la sexta sesión que identifiquen que tipo de transacciones establecen en su familia ya sea complementarias, cruzadas o ulteriores; En la séptima sesión se le explica la importancia y la práctica de el mensaje Yo como herramienta de confrontación. En la penúltima sesión se busca que se fortalezcan las relaciones familiares mediante la aplicación entre otras técnicas como las caricias, mensajes yo preventivos etc. Finalmente se les enseña a manejar sus conflictos mediante la técnica nadie pierde entre otras.

Orientación a padres con hijos adolescentes que presentan adicciones

Justificación

Construir el destino de una persona está principalmente en manos de los padres de familia. Ellos son la pieza clave, el corazón, los que dan aliento y son la esperanza para enfrentar una realidad alarmante plagada de robo, secuestro, asesinatos, prostitución, adicciones a drogas legales e ilegales. Los números son impresionantes con relación a las drogas, de acuerdo a la Encuesta Nacional de Adicciones (ENA) 2002, donde se destaca lo siguiente:

Fumadores (activos y pasivos)	34 232 138
Dependencia al alcohol (hombres y mujeres)	2 841 303
Otras drogas ilegales (marihuana, heroína, inhalantes, etc.)	3 508 641

Este panorama en nuestra sociedad impera cobijado por deficiencias del gobierno: la impunidad, la corrupción y el desempleo son otras realidades que los capos de las drogas utilizan para atrapar a nuestros hijos; sus presas preferidas.

Al respecto, los narcos no sólo utilizan el aparato de gobierno, sino también a nuestros hijos cómo un medio de distribución y consumo; y lo hacen porque están desprotegidos. Frecuentemente ellos no cuentan con las fortalezas básicas que otorga una familia funcional que tiene como ejes principales la confianza, el respeto, la comunicación y el afecto.

El reto es muy grande: darle a tus hijos y a tu familia un futuro más halagador, y brindarles las fortalezas necesarias para andar su camino con paso firme. Esto se puede lograr a través de herramientas de comunicación que modeladas en este taller de orientación a padres con hijos drogadictos, te ayudarán a construir un ambiente de cordialidad, confianza y respeto. Tú, papá puedes ayudarlo. "El drogadicto, roba para drogarse, pero nunca roba para curarse" (Thomas Szasz).

Por lo tanto este taller tiene como propósito:

1. Objetivo General

Al término del taller de "Orientación a Padres con hijos adolescentes que presentan adicciones" los padres aplicarán algunas técnicas de comunicación que les permitan promover el desarrollo de sus hijos y mejorar el ambiente familiar.

1.-Objetivos Específicos:

Los participantes al finalizar el taller:

1.1.- Definirán sus expectativas y adquirirán un compromiso de cambio con base en un ambiente de confianza que promueva el aprendizaje.

1.2.- Identificarán las barreras de comunicación que utilizan y sus efectos en la relación con su hijo adolescente.

1.3.- Comprenderán y aplicarán las técnicas de aceptación o de ayuda cómo la escucha pasiva, respuestas de reconocimiento, de abre puertas y la forma activa de escuchar cuando el hijo tiene una dificultad o un problema.

1.4.- Identificarán su estilo predominante en la educación de sus hijos considerando la matriz de estilos disciplinarios y los factores de riesgo en el consumo de drogas.

1.5.- Comprenderán la relación entre su estilo disciplinario con el funcionamiento positivo o negativo de su personalidad (con base en el modelo de la estructura y funcionamiento de la personalidad de Eric Berne).

1.6.- Identificarán qué tipo de transacciones (relaciones interpersonales) establecen en su contexto familiar.

1.7.- Expresarán de modo auténtico sus sentimientos, así como el efecto tangible que le provocan los comportamientos que no acepta de sus hijos.

1.8.- Reforzarán las relaciones armónicas por medio de mensajes yo declarativos, positivos, de respuesta, preventivos y caricias como un modo de fortalecer las relaciones familiares.

1.9.- Aplicarán la técnica nadie pierde, para manejar sus diferencias o conflictos con sus hijos.

Procedimiento de intervención

Lograr estos propósitos será a través de un proceso de enseñanza-aprendizaje activo (juegos vivenciales, *rol playing*, lectura comentada, etc.).

B.-Población

Padres de familia o equivalentes que asisten al Centro de Integración Juvenil por diversos problemas. Es deseable que asistan ambos padres o sustitutos con primaria terminada.

C.- Duración y número de participantes

El evento durará 27 horas, con 9 sesiones de 3 horas cada una con una población de 10 a 20 participantes.

D.- Materiales e instrumentos

“Manual para el participante”.

Acetatos para el instructor.

Guía didáctica.

Pizarrón.

Proyector de acetatos o cañón.

Marcadores para pizarrón blanco.

Mesas.

Sillas.

Un aula de 4 por 5 metros.

*E.- Cartas descriptivas.

*F.- Criterios de evaluación.

*Estos elementos son anexos al manual y de apoyo al instructor.

Manual del participante del taller de orientación a padres con hijos adolescentes que presentan adicciones.

A continuación se desarrolla este material de apoyo del participante y del instructor, detallando en cada sesión el objetivo específico y los ejercicios que se realizarán para lograr cada propósito.

Sesión 1

Objetivo

Los participantes en el taller definirán sus expectativas y adquirirán un compromiso de cambio con base en un ambiente de confianza que promueva el aprendizaje.

Para lograr este objetivo, el instructor realizará una serie de ejercicios y orientaciones que te permitirán sentirte en confianza y puedas definir tus expectativas, cómo el establecer un compromiso de cambio.

A continuación se te presentan una serie de interrogantes que irás contestando en el momento oportuno, de acuerdo a las indicaciones del instructor:

Presentación personal: nombre, escolaridad, estado civil, nombre de los hijos, nombre del esposo. Etc.

Expectativas.

¿Por qué estoy aquí?

¿Qué me gustaría aprender?

Contrato:

Sesión 2

Objetivo

Los participantes identificarán las barreras de comunicación que utilizan y sus efectos en la relación con su hijo adolescente.

Para lograr este objetivo se desarrollarán una serie de lecturas como la que a continuación se indica, así como los ejercicios que realizarás con el apoyo del instructor.

Lectura: Barreras de la Comunicación.

Habitualmente los padres se comunican con sus hijos a través de mensajes que son percibidos o sentidos como juicios, evaluaciones, sermones o desaprobación de lo que piensa, siente o hace el hijo, lo cual genera distanciamiento, bloqueo en la comunicación. Los hijos aprenden que es más cómodo guardarse sus sentimientos y sus problemas, se encierran en sí mismos y actúan a la defensiva. A esta comunicación se le denomina lenguaje de no aceptación.

Los padres creen que la mejor forma de hacer crecer al hijo es decirle lo que deben hacer, pensar o decir, ya que no aceptan cómo es él.

El lenguaje de la no aceptación hace sentir a las personas evaluadas, juzgadas o culpables, además restringe la expresión de sentimientos honestos, amenaza a la persona, fomenta sentimientos de desvaloración del individuo, bloquea el crecimiento y el cambio constructivo.

Ahora se te presentan una serie de ejercicios de situaciones, que es necesario responder para descubrir algunos de tus hábitos de comunicación con tus hijos.

Ejercicio de obstáculos de la comunicación

Identifica qué tipo de respuestas usas cuando se acercan “tus hijos” con algún problema o algún sentimiento.

Escribe exactamente lo que le dirías a tu hijo (a) en cada una de las situaciones siguientes:

Supón:

1.- Que tu hijo de 15 años te dice durante la cena “esta escuela es sólo para tontos. Lo único que se aprende es una cantidad bárbara de hechos sin importancia que no sirven para nada. He decidido no ir a la universidad. No se necesita educación universitaria para ser importante. Existen otras formas de sobresalir en el mundo”.

2.- Que tu hija de 10 años te dice: “No sé qué me pasa. Antes Vicky era mi amiga y ahora ya no. Ya nunca viene a jugar conmigo, y si yo voy a su casa ella está jugando con Lola y las dos se divierten, y me quedo apartada completamente sola. Las detesto”. ¿Qué le dirías?

3.- Tienes un hijo de 11 años y te dice:
“Por qué razón tengo que ocuparme del jardín y de la basura. La mamá de Sergio no lo hace que se ocupe de esas cosas ¡Qué injusticia! Los niños no deberían tener que hacer tanto trabajo... Nadie es capaz de hacer tantas cosas como yo”. ¿Qué le dirías?

4.- Tu hija tiene 16 años y dice: “estoy harta del colegio, no quiero estudiar nunca más”.

5.- Tu hija de 8 años dice: “siempre me llevas de cenar, no tengo hambre”.

6.- Tu hija de 14 años dice: “ningún niño me pela”, (está llena de barros).

A continuación verás un cuadro en el que vas a clasificar tus respuestas. En la columna de la izquierda se indican las barreras de la comunicación que utilizas; en la columna central, se indica la forma en que se comunica un padre o madre al dirigirse a su hijo, usando esas barreras; y finalmente en la columna de la derecha se menciona el impacto emocional que provoca en el hijo.

Barreras de la comunicación	Forma de iniciar o el padre dice:	Efectos
1.- Ordenar mandar	Tienes que.. Debes de....Vas a...	Rebeldía, desquite, puede producir temor o resistencia pasiva
2.- Advertir, amenazar	Si no..Entonces..Mejor.. De lo contrario. Si lo repites vas a ver...	Puede producir temor, sumisión, resentimiento, enojo, rebeldía
3.- Moralizar, predicar, sermonear	Deberías... te convendría... Siempre debes de..Es tu responsabilidad	Crea culpabilidad, defensiva, crea falta de confianza
4.- Aconseja, da soluciones	Yo lo que haría es ..Por que tu no..déjame sugerirte... ..Espera un par de años..	Evita que el hijo piense en su problema, puede ocasionar dependencia o resistencia
5.- Persuade, argumenta	Esto es por lo que tu estas mal..Si pero... Los hechos son....	Provoca una posición defensiva y de contrargumentación
6.-Juzga, critica, culpa	Eres flojo.. Estas completamente equivocado. No estas pensando con madurez.	Implica incompetencia, estupidez, juicio pobre, temor al juicio crítico
7.- Alabar, estar de acuerdo	Tienes razón.. Ese maestro es una vergüenza.. Bien creo que estas haciendo un buen trabajo	Implica grandes expectativas del padre, de que esta al pendiente de que el hijo haga lo debido
8.-Poner apodos, ridiculizar	Chillón.. Esta bien sabelotodo	Despierta el deseo de desquitarse, puede ocasionar que el hijo piense que no vale
9.- Analizar, diagnosticar	Solo estas cansada, tu no quisiste decir eso.	Se corta la comunicación por temor a que se distorsione o que se sienta expuesto
10.- Alentar, consolar	No te preocupes te sentirás mejor mañana	Ocasiona que el hijo siente que no lo comprenden
11.- Preguntar, interrogar	¿ Por qué...¿Quién?...¿Qué?...	Medias verdades, contesta con evasivas
12.- Desviar, sarcasmos, alejar	Vamos a hablar de algo mas agradable.. Por que no intentas manejar el mundo	Implica que las dificultades de la vida deben ser evitadas en vez de ser enfrentadas. El hijo puede inferir que sus problemas son pequeños

Ya conoces al momento las barreras de la comunicación y cuál es su efecto emocional o conductual. A continuación anota las barreras que usas con más frecuencia y qué efecto tienen en tu hijo.

¿Qué barreras usaste con más frecuencia?

En el siguiente cuadro identifica y marca qué otros efectos tienen las barreras que utilizas.

Hacen que se calle.	Hacen discutir, contraatacar.
Se ponen a la defensiva.	Lo hacen sentir inadecuado, inferior.
Se sienta resentido y enojado.	Que se sienta culpable o malo.
Se sienta presionado a cambiar.	No sentirse aceptado como es.
Hacen que piense que no lo creo que sea capaz de resolver sus problemas.	Que se sienta tratado paternalmente como si fuera un niño.

Que piense que no le comprenden.	Hacen que piense que sus sentimientos no son justificados.
Hacen que piense que me está interrumpiendo	Hacen que me sienta frustrado.
Hacen que se sienta que está en el estrado de los acusados, como si lo estuvieran enjuiciando.	Hacen que piense que lo escucho, pero no estoy interesado en lo que dice.

Ahora en el siguiente ejercicio, experimenta y ve qué efecto tienen en ti dichas barreras. En broma pero también con el propósito de vivenciar o experimentar en carne propia las barreras de la comunicación, supón que durante el taller dices: “Siento muchísimo calor en este salón” y te dieran las siguientes respuestas.

1. “Ya no pienses en el calor y concéntrate en el curso”.	Ordenar
2. “Si no cesas de interrumpir con pequeñeces, te voy a tener que pedir que abandones el curso”.	Advertir
3. “Deberías de estar contento(a) de que no se desperdicie la energía teniendo que poner el ventilador en este lugar”.	Moralizar
4. “¿Por qué no te vas a sentar a tu auto y prendes el aire acondicionando?”	Aconsejar
5. “La gente aprende mejor a una temperatura de 27 grados, se ha comprobado que todo es mental”.	Lógico
6. “Tú eres la persona más quejumbrosa que he conocido”.	Juzgar
7. “Eres tan perceptivo(a) al medio ambiente físico, que estoy seguro que también eres sensible a los sentimientos de la clase respecto a la temperatura”.	Alabar
8. ¡Oh! tenemos un(a) calenturiento(a) en clase.	Apodar
9. “Yo creo que no comiste lo suficiente durante la cena o ¿Quieres decir que está aburrido?”	Analizar
10. “Pobrecito(a), de seguro has tenido calor toda la noche y no habías dicho nada. Te vas a sentir mejor después del descanso”.	Reafirmar
11. “¿Sientes calor con facilidad? ¿Te has checado tu metabolismo?”	Preguntar

¿Cómo te sentirías si te contestaran con estas barreras?

Sesión 3

Objetivo:

Los participantes comprenderán y aplicarán las técnicas de aceptación o de ayuda como la escucha pasiva, respuestas de reconocimiento, de abre puertas y la forma activa de escuchar, cuando el hijo tiene una dificultad o un problema.

En esta lectura verás que la aceptación; abre a participar a los niños, los libera para compartir sus sentimientos y problemas. De los efectos de la aceptación, el más importante es el sentimiento interior de ser amado que el niño experimenta. El aceptar al otro como es, implica un acto de amor.

El padre debe aprender cómo demostrar su aceptación para que el hijo la sienta. La aceptación para que sea una fuerza efectiva de influencia en el otro, debe comunicarse o demostrarse activamente. El hablar puede curar y fortalecer; el habla puede fomentar un cambio positivo, siempre y cuando se practique la forma acertada de comunicar.

La capacidad del padre de hablar en forma constructiva con el hijo es lo que hace que sea un padre que ayuda. Dicha habla constructiva hace sentir mejor, anima a hablar, ayuda a expresar sentimientos, fomenta una sensación de valor y de autoestima, reduce la impresión de amenaza o el temor, facilita el crecimiento y el cambio positivo.

Los niños requieren ser escuchados y comprendidos. Cuando se dan cuenta de que no pueden comunicar lo que sienten, porque no se les entiende o simplemente porque no hay quien les preste atención, se sienten frustrados.

Comunicando la aceptación

A continuación vas a aprender cuatro técnicas que te serán de ayuda para que tu hijo sienta que es aceptado.

1.- El silencio o forma pasiva de escuchar. El silencio en una conversación es un modo de aceptación, ya que la persona reflexiona sobre lo que está diciendo, saca sus conclusiones y obtiene posibilidades de desahogarse.

2.- Respuestas de reconocimiento. Aunque el silencio evita los obstáculos de la comunicación, no le demuestran al hijo con toda seguridad que se le proporciona una atención verdadera, por lo tanto, ayuda en especial durante las pausas, emplear señales verbales y no verbales para indicar que está enterado de lo que sucede.

Algunas señales pueden ser:

No verbales: de acuerdo a los mensajes que envía el hijo inclinarse hacia delante, sonreír, fruncir el ceño.

Verbales: decir pequeñas frases como “Mmmm”, “Ahh”, “Ya veo”.

La idea es hacerle notar al hijo que se le está poniendo atención.

3.-Abre puertas o invitar a hablar. Uno de los métodos más eficaces y constructivos para responder a los mensajes del hijo es el abre puertas o invitación para decir más. El abre puertas es una invitación a que continúe con la comunicación, es decirle que estamos interesados en escucharlo.

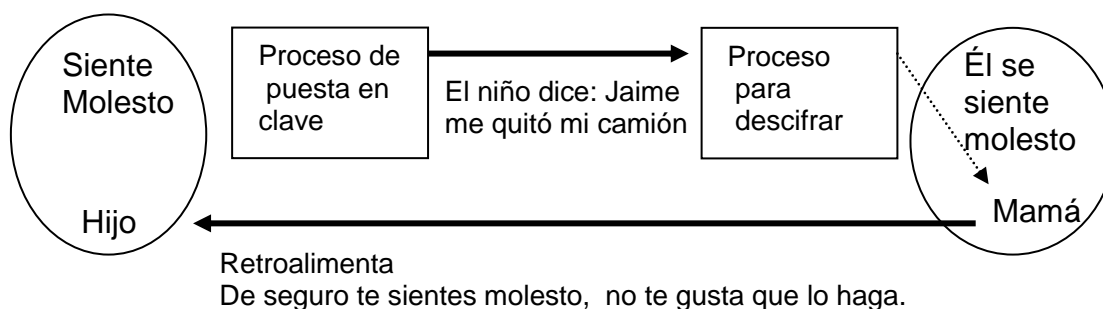
A continuación se te presentan algunos modos de invitarlo a hablar o a que continúe con su conversación.

Ejemplos:

Parece como si sintieras algo especial sobre eso.	¿De verdad?
No me digas.	¿Quieres decir algo más sobre eso?
Me interesa que lo pienses.	¿Y qué más?
No es cierto.	¿En serio?
Qué interesante.	¿Y luego?
Lo hiciste, caramba.	¿Y después qué?
Te estoy escuchando.	¿Quieres hablar sobre eso?
Me hubiera gustado verlo.	Esto parece ser algo importante para ti.
Platícame sobre eso.	Discutámoslo.
¿Quieres hablar algo al respecto?	Escuchemos lo que tienes que decir.
Sigue.	Cuéntamelo todo.
Me gustaría conocer tu punto de vista.	Prosigue, te escucho.
¿Te gustaría hablar sobre ello?	Parece que tienes que decir algo al respecto.

Estos abre puertas alientan a la persona a continuar una conversación. El abre puertas mantiene fuera de la conversación los propios pensamientos y sentimientos del padre y dan al hijo importancia, respeto y aceptación.

4.-La escucha activa. Significa comprender o entender al otro en base a lo que dice y buscar la confirmación de lo que se comprende.



En el anterior esquema se observa que el niño se siente molesto, se lo comunica a su mamá diciendo: “Jaime me quitó mi camión”. Algo ocurre en el interior de él; necesita decirlo o comunicárselo a alguien, lo manifiesta a través del lenguaje. Cuando la madre recibe este mensaje lo puede entender de diversas maneras. La madre debe descifrar el mensaje y entender el significado de lo que su hijo dice.

Si lo descifra con precisión, comprenderá que el niño está molesto. Si descifra el mensaje de modo equivocado e interpreta mal, puede entender de la queja del niño un mensaje como, ¡Quiero que me compres otro!

Si le dice (o retroinforma) al niño ¿Quieres que te compre otro? Lo que hace es confirmar lo que comprendió. Al escuchar esto el hijo, puede decirle, ya sea que descifró equivocadamente su mensaje o confirmar que es correcto lo que interpretó.

Ve ejemplos de esta técnica.

Ejemplos de forma activa DE ESCUCHAR:

No.	Niño (dice)	Padre (escucha, comprende y retroalimenta)	Niño (confirma)
1º	(llorando) Jaime me quitó mi camión.	De seguro te sientes molesto por eso... no te gusta que lo haga.	Claro que no me gusta.
2	Desde que Memo se fue de vacaciones con su familia, no tengo con quién jugar, no sé qué hacer para divertirme.	Extrañas a Memo y no sabes qué hacer para divertirte.	Sí, y no sé me ocurre nada.
3	Me tocó una maestra muy tonta este año. No me cae bien, es una gruñona.	Parece como si estuvieras realmente molesto con ella.	Por supuesto que lo estoy.
4	Papá, ¿adivina qué? Estoy en el equipo de fútbol.	Has de estar muy satisfecho con ello.	Claro.
5	¿Qué te gustaba de una chica cuando eras joven? ¿Qué era lo que más te atraía?	Parece como si quisieras gustarles a los chicos.	Sí, parece ser que por alguna razón, no les gusto y me gustaría saber por qué

El padre que ha descifrado con precisión los sentimientos de su hijo habrá encontrado lo que realmente había dentro de él. En este tipo de comunicación activa, el emisor (el padre) no manda un mensaje propio, como evaluar, opinar, aconsejar, usar la lógica, analizar o cuestionar. Retroinforma solamente lo que piensa que significa el mensaje del hijo.

Veamos otros ejemplos

	Niño	Padre	Niño
1	Soy demasiado tonto para aprender aritmética. Nunca la voy a entender.	¿Crees que no eres lo suficientemente listo, así que dudas llegar a comprenderla?	Ajá.
2	No quiero dormir en ese cuarto lleno de fantasmas.	¿Crees que hay fantasmas en tu recámara y te da mucho miedo?.	Así es.
3	¿Qué les pasa a las personas cuando se mueren?	¿Has estado pensando sobre la gente cuando se muere y te preguntas qué sucede con los muertos?	Sí, nunca los vuelves a ver. ¿No es cierto?
4	No quiero ir a la fiesta de Beto que es mañana.	Parece como si tú y Beto hubieran tenido algún problema.	Lo detesto, eso es lo que pasa. Es injusto.
		¿Lo detestas porque de alguna manera piensas que ha sido injusto?	Ajá, nunca quiere jugar lo que propongo.
5	(Llorando) ¡Me caí en la banqueta y me lastimé la rodilla! ¡Me está saliendo mucha sangre! ¡Mira!	Estás asustado porque te está saliendo mucha sangre.	

En estos ejercicios se observa que la respuesta del padre sólo es una retroalimentación del mensaje del niño.

Ahora vas a realizar un ejercicio práctico de escucha activa: Este ejercicio Uno, “comunicación constructiva”, te permitirá estar más consciente tanto de la comunicación constructiva (escuchar activamente) como de la que genera obstáculos (barreras).

Instrucciones

Te presentamos a continuación una conversación real entre un padre y su hija. Después de las declaraciones de la hija, señala con una cruz la letra a, b, ó c de las respuestas del padre que consideres que refleja con mayor precisión los sentimientos que la hija está experimentando. Revisa las respuestas al final del ejercicio.

1.- Hija: Me gustaría resfriarme de vez en cuando como Blanca ¡Qué suerte tiene!

Padre:

- a) Sientes que no tienes suerte.
- b) Te agrada estar enferma.
- c) Le tienes envidia a Blanca.

2.- Hija: Sí, algunas veces ella no va a la escuela, y yo siempre debo ir.

Padre:

- a) A veces a ti no te gustaría tener que ir a la escuela.
- b) A ti te gustaría que ella fuera más a la escuela.
- c) Te gustaría que la regañaran más en la escuela.

3.- Hija: Sí así es, no me gusta ir a la escuela diario, día tras día. Me hartó de ello.

Padre:

- a) Pero sabes que tienes que ir.
- b) Pero generalmente te gusta la escuela.
- c) A veces estás muy cansada de la escuela.

4.- Hija: Algunas veces simplemente me choca.

Padre:

- a) Eso suena muy fuerte.
- b) Entonces no solamente no te gusta, sino que a veces te choca.
- c) No es que te choque, en realidad te desagrada.

5.- Hija: Así es, me choca la tarea, me chocan las clases y me chocan los maestros.

Padre:

- a) ¡De seguro hoy te sacaste cero! ¿Qué te pasó hoy?
- b) Nunca vas a aprender con esa actitud negativa.
- c) Realmente te choca todo lo que se relaciona con la escuela.

6.- Hija: Bueno realmente no todos los maestros me chocan... sólo dos. Una de ellas no la soporto, es la peor.

Padre:

- a) De seguro que ella tampoco te quiere, ¿Has considerado eso?
- b) Hay una en particular que es la que más te choca, ¡Ahh!
- c) No creo que sea tan mala como la pintas.

7.- Hija: Es la tal señorita Batres. Me choca verla y lo peor es que voy a tenerla dos años.

Padre:

- a) Estás atrapada con ella por mucho tiempo.
- b) La Señorita Batres se ve muy buena.
- c) Me gustaría que trataras de ayudarla, a lo mejor ella tiene problemas en su casa.

8.- Hija: No sé cómo la he podido aguantar ¿Sabes lo que nos hace? Todos los días tenemos una larga charla, ella se para ahí sonriendo así (la imita) y nos

dice cómo se supone que se debe comportar un estudiante responsable y se pone a leer la lista de las cosas que tenemos que hacer para sacar un diez en su clase. ¡Me enferma!

Padre:

- a) Es mejor que pongas atención, para eso estás en la escuela
- b) Ya estás fastidiada de escuchar el mismo cuento.
- c) Si tú fueras más responsable sabrías lo significativas que son las cosas

9.- Hija: Ella hace imposible sacarse un diez, a menos que seas una geniecito o la consentida de la maestra.

Padre:

- a) Te sientes derrotada antes de comenzar, porque consideras que nunca será posible que obtengas un 10.
- b) Te voy a dar \$5,000.00 por cada 10 que obtengas, eso de seguro te va a motivar.
- c) Espero que te esfuerces más este año.

10.- Hija: Yo no voy a ser una de las barberas de la maestra... las otras chicas la odian, de por sí no soy muy popular con mis compañeras. Siento que no les agrado a las demás chicas (llora).

Padre:

- a) Estás muy contrariada con esto.
- b) Mejor te olvidas de esas chicas y te preocupas por pasar el año.
- c) No llores hija, verás que te maquillamos y vas a agradecerles más.

11.- Hija: Hay un grupo de chicas que son las mejores de la escuela son las chicas más populares, a mí me gustaría entrar a su grupo, pero no sé cómo.

Padre:

- a) Sé independiente, no tienes que seguir a la manada.
- b) Trata a los demás como quieres que te traten a ti.
- c) Te gustaría pertenecer mucho a ese grupo pero no encuentras la forma de hacerlo.

12.- Hija: Yo no sé cómo hacerle para entrar a ese grupo. Ellas no son las más bonitas. Bueno no todas. Tampoco son siempre las que sacan las mejores calificaciones. Algunas de ellas sacan buenas calificaciones, sí, pero la mayoría tienen calificaciones menores a las mías. En verdad no sé.

Padre:

- a) Te preguntas ¿Qué es lo que se necesita para entrar a ese grupo?
- b) Eres una chica tan linda que ellas temen que les quites el lucimiento.

- c) Cuando yo tenía tu edad no me preocupaba tanto, simplemente me divertía y las cosas iban muy bien.

13.- Hija: Bueno una de las cosas del grupo es que las chicas son muy amigables, platican mucho, y tú sabes hacen amigas. Primero te dicen hola y luego conversan con facilidad. Yo no lo puedo hacer. No sirvo para eso.

Padre:

- a) Piensas que tal vez eso es lo que tienen ellas y tú no.
- b) Tú siempre te estás disminuyendo.
- c) Si la energía que pones en hablar tanto del asunto, la pusieras en hacer algo al respecto, ya lo habrías resuelto.

14.- Hija: Yo sé que no soy buena para platicar. Puedo hablar fácilmente con una, pero me trabo cuando hay muchas. Simplemente me quedo callada, me cuesta mucho trabajo pensar ¿Qué puedo decir?

Padre:

- a) Trata de no ser tímida.
- b) Cuando estás con una chica te sientes muy bien, pero cuando estás con muchas es diferente.
- c) ¿Por qué te sientes que debes decir algo?

15.- Hija: Siempre tengo miedo de decir algo tonto. De modo que me quedo ahí, nada más parada. Siento que estoy fuera. Es terrible.

Padre:

- a) Y eso te desagrada muchísimo.
- b) Tu hermana nunca tuvo problemas para platicar. Ella tiene amistades por todos lados.
- c) Tal vez si te hubiese mandado a clases de baile ahora estarías más segura.

Ahora compara tus respuestas con las opciones correctas del siguiente cuadro.

Respuestas

1.- a	9.- a
2.- a	10.- a
3.- c	11.- c
4.- b	12.- a
5.- c	13.- a
6.- b	14.- b
7.- a	15.- a
8.- b	

Si obtuviste el 80% de respuestas correctas, has comenzado a detectar los sentimientos de tu hijo adecuadamente.

Con la técnica, el padre deja a un lado sus sentimientos y pensamientos, para escuchar, descifrar (qué quiere decir, qué siente el hijo(a)) y entender los pensamientos y sentimientos de su hijo(a).

El padre omite utilizar las doce respuestas típicas; mediante la comunicación activa mostró comprensión por los pensamientos y sentimientos de su hija y le permitió retener la responsabilidad de su problema.

Ejercicio dos "Identificar y responder"

El propósito de este ejercicio es identificar los sentimientos ocultos en una comunicación del padre con sus hijos y construir una respuesta, escuchando activamente, que refleje con precisión esos sentimientos. Ejemplo:

- Tu pequeñita de 5 años te dice "yo no quiero ir a la escuela mañana, porque nos van a vacunar a todas".
- Sentimientos: Miedo, temor.
- Respuesta: ¿Tienes miedo porque mañana van a vacunar en la escuela y no quieres sentir el dolor de la inyección?

Instrucciones:

En cada una de las siguientes situaciones, el hijo (a) te están haciendo saber que está experimentando un problema. Escribe los sentimientos que consideras que el hijo(a) está expresando. Después escribe una respuesta de lo que le dirías escuchado activamente, que contenga el sentimiento como lo captaste.

1.- ¿Por qué se tuvo que morir mi abuela? Me gustaría que todavía estuviese aquí.

Sentimientos:

Respuesta:

2. – Papito, a veces te ves tan enojado que me dan ganas de esconderme de ti

Sentimientos:

Respuesta:

3.-Siéntame en tus piernas un ratito. Quiero estar contigo.

Sentimientos:

Respuesta: _____

4.- Su hija de 6 años le quita un juguete a su hijo de 2 años. Él llega llorando apuntando a su hermanita.

Sentimientos:

Respuesta _____

5. Ya no quiero a mi hermanito, desde que él nació, tú ya no juegas conmigo para nada.

Sentimientos:

Respuesta: _____

6.- Me choca pedirle dinero a mi papá. Siempre hace mucho escándalo y sermonea acerca del trabajo para ganar un peso.

Sentimientos: _____

Respuesta: _____

7.- Si mi abuelo me vuelve a decir algo de mi peinado, le voy a decir hasta lo que no.

Sentimientos: _____

Respuesta: _____

8.- ¿Cómo le voy a decir a mi mamá que me saque un 5 en historia? Todo el año me ha estado diciendo que debo de poner más atención a mis tareas de la escuela.

Sentimientos:

Respuesta: _____

9.- Me voy a salir de la estudiantina. El director piensa que no tenemos otra cosa que hacer, que estar practicando la guitarra toda el día.

Sentimientos:

Respuesta: _____

10.- Me pusieron 6 en mi maqueta ¡Después de tanto trabajo! (baja los ojos), sí me quedó muy bonita.

Sentimientos:

Respuesta: _____

11.- Su hijo de 7 años le dice: “Nunca me escogen cuando hacen los equipos, me dicen que otro día” ¿Qué es lo que está mal conmigo?

Sentimientos:

Respuesta: _____

Si obtuviste más del 80% de respuestas correctas, te será más fácil la aplicación de la Forma Activa de Escuchar (FAE). Comenta tus respuestas con tu instructor.

Lee a continuación la siguiente interrogante ¿Por qué los padres deben aprender la Forma activa de escuchar (FAE)? Y marca los puntos que te parecen más interesantes:

- Porque pueden hacer hijos, responsables e independientes.
- Pueden incitar a que los hijos expresen los sentimientos y pensamientos que los inquietan, es decir, hacen una catarsis de sus problemas, logrando así enfrentarlos en lugar de reprimirlos.
- Hacen que los hijos hablen, logrando de esta manera el comienzo del pensamiento propio: analizan sus problemas y buscan sus propias soluciones.

- Pueden facilitar que el hijo resuelva sus dificultades. Se sabe que las personas pueden razonar un problema y dar una mejor solución cuando, en lugar de pensarlo en solitario, pueden hablarlo, (me gustaría hablar de este problema contigo, permíteme escucharte, me agradecería que nos sentáramos a platicar tú y yo).
- Pueden influir en que el hijo esté dispuesto a escuchar las ideas y pensamientos del padre.
- Promueven una relación cálida entre ambas partes; padres e hijos. La experiencia de ser escuchado y comprendido por otra persona es tan satisfactoria que inevitablemente logra que el que habla (el hijo), sienta cariño por el que lo escucha, (el padre que se ha puesto en su lugar).

Para aplicar esta técnica (FAE) es necesario que adoptes las siguientes actitudes

- Escuchar lo que el hijo trata de decir.
- Desear genuinamente ser de ayuda para él. Un padre que practica la escucha activa, pretende apoyar a su hijo para resolver un problema en particular.
- Aceptar los sentimientos de su hijo, sin importar que sean diferentes a los suyos.
- Tener una profunda confianza en las capacidades que tiene su hijo para manejar sus sentimientos y encontrar soluciones a sus propios problemas.
- Poder ver al hijo como alguien diferente: como una persona, con su propia identidad.

Sesión 4

Objetivo.

Identificarán su estilo predominante en la educación de sus hijos considerando la matriz de estilos disciplinarios y los factores de riesgo en el consumo de drogas.

Estilos disciplinarios.

Como padre o madre de familia puedes adoptar diversos estilos disciplinarios. Estos estilos en ocasiones oscilan de una manera brusca (de duro, mandón o inflexible a permisivo o pasivo), y en muchos casos se quedan estacionados como si fueran parte de tu personalidad.

Muchos papás, de acuerdo a su estado de ánimo, oscilan en su modo de educar, es decir “pendulean”, y esta oscilación se introduce en su quehacer cotidiano como padres. Ver Fig.1

Dicen:

“Así soy”, “soy muy duro con mi hija porque así me hicieron mis padres” o “soy muy débil y no puedo hacer nada”.

Tales expresiones manifiestan una falta de voluntad para cambiar la propia conducta y se justifican achacándosela a la herencia o a supuestas causas totalmente indefinidas. La forma de educar es modificable por medio de la conciencia, la cual también ayuda a darte cuenta a poder hacerlo. Se puede cambiar y plantearse entonces metas para mejorar las relaciones con los hijos.

En este esquema se presenta el modo de educar que adoptan algunos padres:

Péndulo disciplinario de los padres
Estilos

ACTITUD CARACTERISTICA DEL ADULTO SOBREPOTECTOR: No lastima a las personas No ataca los problemas ÉNFASIS EN EL CHANTAJE MIEDO A EDUCAR.	ACTITUD CARACTERISTICA DEL ADULTO EDUCADOR. No lastima a las personas Ataca los problemas ENFASIS EN LOS VALORES CLARO Y CONSISTENTE AL EDUCAR.	ACTITUD CARACTERISTICA DEL ADULTO AMAESTRADOR Lástima a las personas. Ataca los problemas. ÉNFASIS EN LA OBEDIENCIA. Sobre reacción y exageración.
Da al hijo libertad de expresión de las emociones y la conducta SIN TOMAR EN CUENTA A LOS DEMAS, dejando que el hijo haga lo que desee sin límite o haciendo las cosas por él.	Libertad de expresión de las emociones y la conducta. TOMANDO EN CUENTA A LOS DEMAS a través de la comunicación asertiva, procesos de negociación	Represión al hijo en la expresión de las emociones y la conducta a través del maltrato físico y/o psicológico

<p>SIN SISTEMA DISCIPLINARIO</p> <p>Posibles consecuencias:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Co dependencia. • Inutilidad para tomar decisiones y resolver su propia vida. • Inadaptación social debido a la imposibilidad para aceptar límites ni tener tolerancia a la frustración. 	<p>SISTEMA DISCIPLINARIO DE CONSECUENCIAS</p> <p>Posibles consecuencias :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Confianza en si mismo. • Capacidad afectiva. • Enfoque constructivo y de contribución hacia la sociedad. 	<p>SISTEMA DISCIPLINARIO DE PREMIOS Y CASTIGOS</p> <p>Posibles consecuencias :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Agresividad patológica • Sumisión temerosa • Problemas de autoestima • Inadaptación social debido a que intenta vengarse o a su rebeldía patológica.
---	---	---

Fig. 1 El péndulo disciplinario (tomado de Schmill, 2004 p. 172)

En este esquema se muestra el estilo de educar de los padres, los cuales pueden estar oscilando o se estacionan en uno de de estos modos de educar.

En el extremo derecho vemos las características de los padres demasiado duros. En su mayoría en esta forma de educar, los padres son mandones e inflexibles; establecen normas y exigen que se cumplan escrupulosamente, imparten castigos físicos si así lo creen necesario. Comúnmente son el tipo de gente que grita “cierra la boca y haz lo que se te ordena”. Cuando un padre de familia persigue la obediencia como objetivo primario de educación, está amaestrando a su hijo y lo está tratando como si no fuera una persona.

En el otro extremo del péndulo están los padres demasiado blandos. Su característica principal es no dar indicaciones ni normas de comportamiento a sus hijos; siempre se muestran permisivos, las reglas no existen, lo importante es demostrarles cariño, mucho cariño.

Una forma de educación sana radica en colocarse en el punto medio; ni amaestrar ni sobreproteger. Educando asertivamente logramos enfatizar los valores que sustentan las decisiones como padres de familia.

En el amaestramiento se suele aplicar el tradicional sistema de premios y castigos, que únicamente condiciona conductas reactivas, sin formar personas con valores. Al sobreproteger, simplemente no se aplica ningún sistema en este modelo; se teme traumar a los hijos por lo cual no se fijan límites, ni se les corrige su conducta.

En la sobreprotección el mensaje característico es: “No se debe lastimar a las personas, no se deben atacar los problemas”. Esto da como consecuencia que los hijos vean al padre como una figura débil que no quiere enfrentarse a ningún choque. Es así que ante los problemas, su postura es blanda. El hijo suele abusar de la debilidad del padre y cada vez se hace más exigente.

Cabe mencionar que si los padres hacen “todo” por sus hijos, éstos no aprenderán a vivir sin él y llegarán a la conclusión de que no son capaces de enfrentar situaciones elementales en las que tengan que decidir por sí mismos.

En el amaestramiento el mensaje característico es: “Se debe lastimar a las personas, se deben atacar los problemas. En esta postura el padre suele ofender al hijo cuando éste intenta resolver un problema, de este modo genera serios conflictos, a veces por asuntos que no son tan importantes en la relación, y provoca una fuerte carga de resentimiento. Los resultados son la obediencia a base de golpes e insultos, la creación de un hijo resentido.

El punto medio es la educación asertiva. Con esta actitud no se lastima a las personas y se atacan los problemas de forma inteligente. Siendo asertivo, es correcto el uso de la autoridad, sin embargo, en lugar de ésta ser una forma cruel de control, es una manera de fijar límites, logrando de esta forma el crecimiento de los hijos. El padre asertivo da cariño y apoyo, pero también establece límites y los hace cumplir. Con este modelo se trata de persuadir para que los hijos se comporten adecuadamente antes de que los padres usen la fuerza como control. Las prioridades son establecer de forma justa, reglas, sin que sean rígidas, éstas a su vez podrán cambiar y evolucionar según las necesidades, opiniones y negociaciones con los hijos.

Una manera de fomentar una relación cálida y amorosa entre padres e hijos es considerando los siguientes puntos:

- Dar un trato de respeto, digno, limitando cuando ellos no actúan de una manera digna y respetuosa.
- Tratar a los hijos como personas capaces de resolver sus problemas y de enfrentar sus propios retos de acuerdo con su edad.
- Expresar afecto, comprensión y apoyo.

Comenta la lectura con tu compañero y responde al siguiente ejercicio.

Ejercicio:

¿Tú penduleas, o sea, oscilas de un estilo a otro?

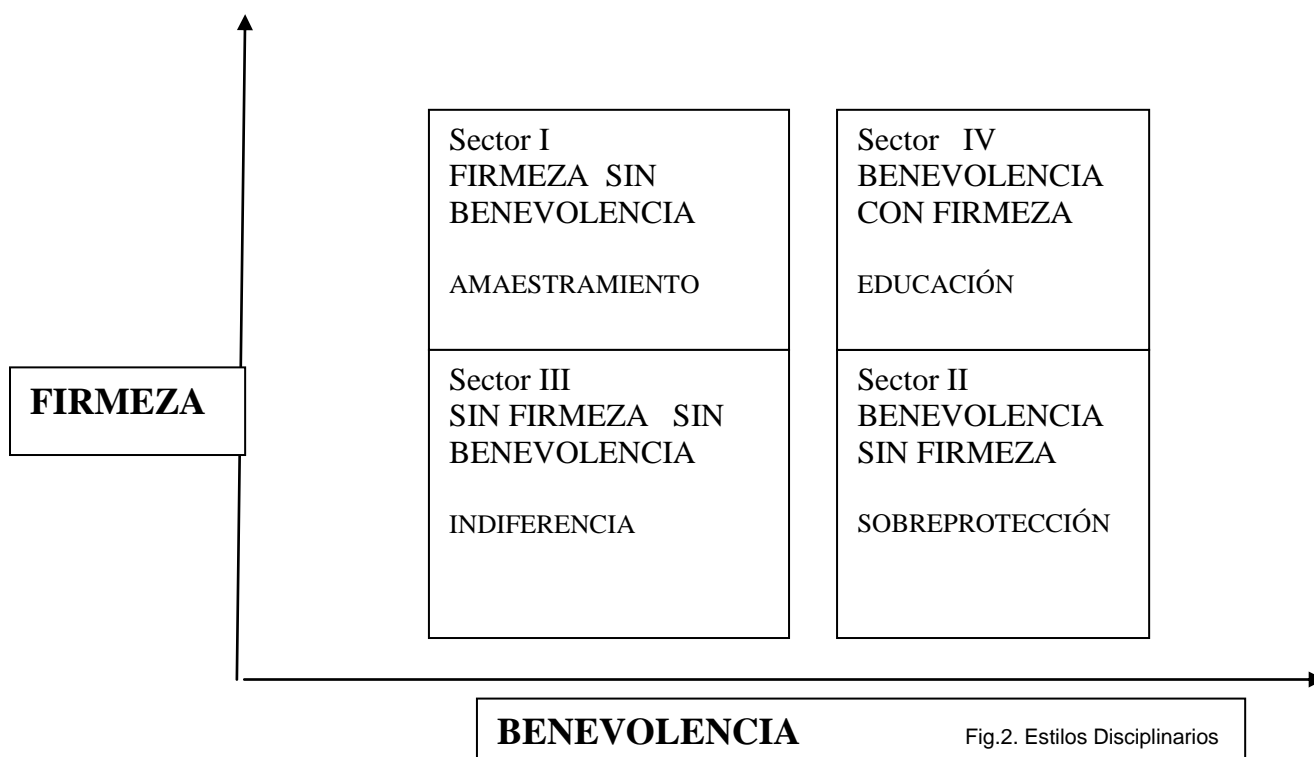
Ahora vas a ubicar tu estilo disciplinario considerando dos elementos: la firmeza y la benevolencia, la combinación de éstos nos conduce a diferentes estilos disciplinarios. ¿Cuál es el tuyo?

- La firmeza es estabilidad, fortaleza para poner límites y hacer que se cumplan.
- La benevolencia significa buena voluntad, afecto, cariño, bondad.

Si combinamos estas dos posturas, firmeza y benevolencia, se forman cuatro sectores. Estos son los estilos disciplinarios. A esta combinación se le denomina “Matriz de estilos disciplinarios” (Paul Hauck 2004).

En función del estilo disciplinario se establece la calidad de la comunicación y el ambiente o clima emocional del hogar, que a su vez determina la efectividad de las estrategias disciplinarias.

En el siguiente cuadro ve la combinación de los dos elementos, firmeza y benevolencia, cuya interacción nos proporcionan cuatro sectores o posturas educativas: Amaestramiento, Sobreprotección, Indiferencia y Educación.



Sector I. Alta firmeza, baja benevolencia. Amaestramiento

Con este estilo el padre está buscando la obediencia como prioridad principal. Desea ser obedecido a como dé lugar y se autojustifica con frases como “ya me lo agradecerán cuando crezcan” y “entiendan”. Este estilo es generador de temor profundo, de culpabilidad y resentimiento. La firmeza sin benevolencia se manifiesta en forma de dureza con las personas e inflexibilidad para resolver problemas, impone límites recurriendo a la rudeza innecesaria. Los resultados son padres dictadores con hijos obedientes con temor, resentidos.

Sector II. Alta benevolencia, baja firmeza. Sobreprotección

Por lo general los padres sobreprotectores, creen que el amor es una justificación para no poner límites a sus hijos, incluso frente a conductas inaceptables. Se autojustifican con frases como “si lo castigo lo voy a hacer sentir mal”. Estos padres son incapaces de negarse a las exigencias de su hijo;

el padre se siente frustrado y el hijo abusa del padre. Este equivale en extremo a la sobreprotección que observamos en el péndulo disciplinario.

Se manifiestan los padres con suavidad hacia los hijos, suavidad ante la disciplina y los problemas, por lo que conduce a no resolver nada. Además este estilo propicia que abusen del padre. Al resolver la vida al hijo, éste no sabrá cómo hacer frente a las dificultades que tendrá en su propia vida, por lo que generará cierto grado de inutilidad.

Estos padres generan hijos con poca tolerancia a la frustración, con dificultades para socializar (ya que el mundo no gira alrededor de ellos), hijos dictadores con padres obedientes.

Sector III. Baja firmeza/baja benevolencia. Indiferencia

En este estilo los padres indican apatía hacia los hijos, muchos de éstos probablemente se encuentren en el pozo de la depresión, en un marasmo que les impide ocuparse de los demás, debido a que no son capaces de ocuparse ni de ellos mismos. También esta indiferencia hacia los hijos puede deberse a que los padres creen que los hijos les estorban para alcanzar sus objetivos económicos, profesionales o para desenvolverse socialmente y por lo tanto no les dedican tiempo.

Es característico de este tipo de perfil que el padre procura dejar encargados a los hijos con familiares o amigos por periodos prolongados, ya que se siente abrumado para hacerse cargo de ellos.

Cuando este tipo de padres se ven demandados por afecto o bien por atención emocional, reaccionan con accesos de furia y maltratan a sus hijos o incluso dejan que se las arreglen solos. Es característico que no se hagan cargo del hijo, por tal se propicia un descuido de la higiene, del cumplimiento escolar y la salud alimenticia.

Sector IV. Benevolencia con firmeza. Educación

La educación es el anhelado punto medio en el péndulo disciplinario. En este estilo el padre está orientado al crecimiento y desarrollo del hijo: suave y comprensivo con las personas y firme y asertivo frente a los problemas. Actuando los padres de esta manera, resuelven los problemas y son capaces de conservar el respeto y la dignidad propia del hijo. También este estilo de padre se manifiesta con libertad, la comunicación es directa, abierta, franca y adecuada. El padre tiene una orientación activa: busca lo que quiere en la vida; es proactivo: hace que las cosas sucedan.

Mantenerse en este estilo implica que el padre necesita ser congruente y consistente, es decir hacerle saber al hijo con claridad que está protegido, cuenta con apoyo y recibe reglas firmes.

Ejercicio

De los siguientes enunciados escribe en la línea qué estilo disciplinario se supone está usando el padre. Ya sea autoritario, permisivo, indiferente o educador:

a.- ¡Apúrate pero ya, no es para mañana! ¿Eh? _____

B.- ¡Siempre haces lo que se te antoja! _____

C.- Oye papá, ¿puedo ir al teatro? El papá responde: y a mí que, hazte bolas (entre dientes murmura caray como muele).

D.- Caray hijo, me sorprende tu habilidad para las matemáticas. Te felicito. _____

¿Cuál crees que es tu estilo?-----

A continuación se te presentan algunas sugerencias que intentan preparar el terreno para una disciplina adecuada.

1. Tratar de ser congruente, actuando tal y como dice y piensa.

Trata de ser consistente, conservando la congruencia a lo largo del tiempo.

2. Escuchar más. No interrumpa para dar su opinión, regañar o sermonear sin tener toda la información, esto hace que el hijo piense que lo que sucede es injusto.

Escucha y trata de comprender más desde la perspectiva de tu hijo, no sólo desde tu postura.

3. Emitir opiniones aclarando que sólo son eso, opiniones.

No eres el dueño de la verdad única.

4. Clarifica los valores prioritarios de la casa y las reglas que de ellos se derivan.

No corrijas según tu humor del día o del momento. Si algo no está permitido, no cedas porque estás de buenas. Si algo está permitido no lo prohíbas sólo porque estás de malas. No eduques con sorpresas, sé predecible en tu postura.

5. Enfatiza las habilidades de tus hijos, no sus inhabilidades.

Ayúdalos con lo que les cueste trabajo y refuerza más aquello en lo que son hábiles para que sean mejores. Si refuerzas aquello sobre lo que no son hábiles, perderá valor todo aquello en lo que sí sobresalen.

6. Tener paciencia para que tu hijo haga las cosas a su manera y no como tú esperas que las haga.

Respetar sus tiempos de aprendizaje y su velocidad de respuesta, ya sea que estén por debajo o por encima del tuyo.

7. No pegar, no ofender, no burlarse de él, ni insultar.

Respetar siempre su dignidad. ¿Cómo esperas que tenga autoestima si no le enseñas a tener auto dignidad? Él merece ser tratado con respeto y amor.

8. Mostrar tu afecto.

Manifiéstale de una forma clara que lo amas sin condiciones. Reconócelo por ser él mismo y no sólo porque tenga buena conducta. Hazlo con palabras o con caricias. Sólo cuida no sobrepasar su límite de tolerancia a las caricias.

9. No manejarlo con chantajes o culpándolo.

La culpa sólo produce remordimiento y no genera conductas de cambio constructivo. La responsabilidad no debe confundirse con la culpa. La responsabilidad genera respuestas de cambio constructivo.

Respecto al punto 4, clarificar los valores prioritarios de la casa y las reglas que de ellos se derivan, es necesario considerar lo siguiente: si las reglas no están predeterminadas, es necesario definir las. Los pasos que se deben seguir para construir reglas en una familia son:

- Identificar los aspectos que se deben considerar. Papá y mamá se ponen de acuerdo con los aspectos importantes para la familia, sus valores (la cooperación, el respeto), sus obligaciones y derechos y en la forma de disciplinar.

Ya identificados estos aspectos.

- Establecer las reglas. En este punto cada padre saca una lista de reglas, se reúnen a platicar para sacar una sola lista. De este acuerdo saldrán las reglas familiares.
- Se acuerdan las consecuencias. Cada padre acuerda exponiendo sus razones del modo en que cree que se debe corregir si no se cumplen las reglas.

Las diferencias pueden disminuir si se toma en cuenta lo siguiente:

- Los golpes no son necesarios.
- Es necesario el respaldo mutuo con relación a las reglas y los castigos que ya se habían acordado.

- Otros familiares (abuelos, tíos etc.) no deben intervenir en favor o en contra de los hijos y de los castigos.
- Los golpes, amenazas e insultos son muestras de inseguridad y temor de perder el control.
- Es importante que coincida lo que se dice con lo que se hace y lo que se siente en el momento y a lo largo del tiempo.

Veamos algunos modelos de reglas y sus consecuencias que te pueden servir de guía.

Para adolescentes.

Reglas	Consecuencias
Llegar a casa a la hora asignada. Pedir permiso para salir. Decir dónde y con quién está cuando sale. Dormir siempre en casa.	No se le pasan llamadas telefónicas. No se tiene derecho al uso del teléfono. No se le permite salir con amigos. Tareas extras en el hogar.

- Se aplican las consecuencias sin excepción. Los padres se guían por las reglas acordadas, considerando estos lineamientos:
- Respaldarse mutuamente.
- Respetar el castigo asignado por el otro durante su propia ausencia.
- No intervenir hasta estar enterado de lo sucedido durante la propia ausencia.
- No modificar el castigo asignado por el otro, si el hijo lo pide.
- No deben intervenir personas extrañas (tíos y abuelos), en favor o en contra de los hijos para que se levanten los castigos.
- Las personas extrañas se regirán por las mismas reglas si es que están a cargo de los nietos o sobrinos.

De acuerdo a la lectura que hiciste da respuesta a los siguientes planteamientos:

¿Cómo se manifiesta la cooperación y el respeto en tu casa?	¿Qué reglas hay en tu casa?	¿Cuáles son las consecuencias si no se cumplen las reglas?
---	-----------------------------	--

--	--	--

De las circunstancias o condiciones que promueven el consumo de drogas subraya cuales están presentes en tu comunidad y en tu familia

En el adolescente:	En los padres como:	En la familia pueden ser:
. Bajo rendimiento escolar. Pequeñas infracciones Actos antisociales. Problemas emocionales. Consumo experimental de drogas.	Conflictos de pareja. Problemas por el abuso del alcohol. Alcoholismo. Autoritarismo en uno o en ambos padres.	Reglas de interacción familiar difusas. Comunicación deficiente o inexistente. Distanciamiento entre padres e hijos. Involucramiento de familiares de origen del padre o de la madre. Maltrato físico, psíquico o sexual. Pérdida de modelo de identidad de los padres imposibilitando idealizar o imitar a los mismos. Dinámica familiar alterada Roles paternos desajustados. Madre: sobre protectora, ansiosa, dominante. Padre: pasivo, desinformado, periférico.

De crisis en el papel de padres	En la comunidad
Pérdida de autoridad. Dudas con respecto al ejercicio de la autoridad y el límite (lo que se vale y no se vale).	Disponibilidad de la droga. Grupo de jóvenes que se drogan. Ausencia de lugares de recreo, para hacer deporte.

¿Qué acciones consideras que deben realizar para cambiar la situación?

Sesión 5

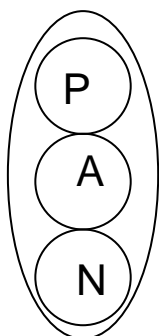
Objetivo

Los participantes comprenderán la relación entre su estilo disciplinario y el funcionamiento positivo o negativo de su personalidad (con base en el modelo de estructura y funcionamiento de la personalidad de Eric Berne, 1986).

Ya conoces tu estilo disciplinario, anótalo y descríbelo.

Con base en la lectura siguiente realizarás una serie de ejercicios, con los cuales podrás alcanzar este objetivo.

A la personalidad en el análisis transaccional, se le considera conformada por tres estados del yo:



El estado del yo Padre. Son comportamientos, pensamientos y sentimientos copiados de nuestros padres o figuras paternas.

Estado del yo Adulto. Son comportamientos, pensamientos y sentimientos que son respuestas directas al aquí y ahora.

Estado del yo Niño. Son comportamientos, pensamientos y sentimientos reproducidos desde la niñez.

Como ves los estados del yo Padre, el Adulto y el Niño constituyen un solo yo o una sola personalidad, triplemente expresada.

Eric Berne (1966) creador de esta teoría, observó que las personas que nos rodean cambian ante nuestros ojos como si en cada una de ellas hubiera varias personas distintas. Se dio cuenta de que los cambios incluían la conducta exterior e interiormente iban acompañados de sentimientos y pensamientos coherentes con lo expresado hacia afuera, a través de gestos, palabras posturas corporales, etc.



El estado del yo Padre es la reproducción de los pensamientos, sentimientos y conductas que la persona incorporó de sus padres. Reproduce las recomendaciones, consejos, órdenes, normas, hábitos inculcados por ellos. Este estado es sede de los valores parentales, por ejemplo la diferenciación entre el bien y el mal, lo que es necesario hacer o lo que no se debe hacer, por citar algunos. Este estado también perpetúa el aprendizaje de los buenos modales en el comer, en el hablar, de los usos y costumbres que se convierten en dictámenes de nuestra conducta en la vida cotidiana.

¿Qué es lo más valioso que te enseñaron algunos de tus progenitores?

El estado del yo Padre es la sede de la cultura, del honor, del pasado, se manifiesta cada vez que uno reproduce voluntariamente o no una actitud, una palabra, un tono de voz, un hábito, una conducta de los padres que tenían por buena.

El Padre Crítico negativo (PC-) o también conocido como Padre Autoritario (PA), es aquel que critica, juzga, evalúa, controla, prohíbe, acusa, señala. Es el Padre severo y autócrata, aquel que engendra la actitud de contra-dependencia de quienes están bajo su espada. ¿Has usado el padre Crítico Negativo?

El Padre Crítico positivo (PC+). Es aquel que limita los comportamientos en sus excesos, fija reglas y hace que se cumplan, quien vela por la seguridad de los demás. ¿Cómo has usado el Padre Crítico positivo?

El Padre Nutricio (PN+) es aquel que alaba, ayuda, permite y ordena hacer. Dice lo que está bien y es justo, mantiene, acaricia, consuela, compadece, se hace cargo de los problemas y favorece su resolución. Es el que acude en ayuda, eleva la moral. ¿Cómo has usado el Padre Nutricio positivo?

El Padre Nutricio negativo (PN-) sofoca, acapara, sobreprotege, es demasiado posesivo y paternalista e incluso demagogo. Induce la actitud de dependencia en el otro. Si la protección es exagerada puede bloquear el desarrollo psicológico y favorecer el comportamiento de ineptitud. Tal exagerada protección mimosa es un modo más de dominar que educar.

(N)

El estado del yo Niño, en el que residen las experiencias infantiles, también es el depósito de la creatividad, la curiosidad, el deseo de explorar y el de conocer. En la necesidad de tocar, de sentir y de experimentar se encuentran grabadas las primeras experiencias agradables: la primera vez que se bebe en la manguera, la primera vez que se acaricia al gatito o al perrito, la primera vez que se encendió la luz cuando apretaste el contacto.

Considerando el párrafo anterior, anota alguno de tus recuerdos más agradables.

El estado del yo Niño puede manifestarse de dos maneras: como Niño Adaptado y Niño Libre. Como Niño Adaptado puede ser Niño Adaptado

Positivo (NA+) o Niño Adaptado Negativo (NA-), que se subdivide en Sumiso y Rebelde. Como Niño Libre (NL) puede ser positivo o negativo.

El Niño Adaptado Positivo (NA+) se adecua, se acopla, según las circunstancias, a las presiones del medio ambiente o las actitudes de los padres. Como Niño Adaptado Negativo (NA-), el Niño Sumiso se muestra desvalorizado, temeroso, obediente, acobardado, inseguro. Sus conductas están en función de lo que se hace o se dice, de lo que le gusta a la gente. Y como Niño Rebelde, discute, se opone, critica y tan sólo se rinde después de pataletas, cóleras, lloros, gritos o caprichos. Se manifiesta con conductas típicas desafiantes y provocadoras.

El Niño Libre Positivo (NL+) se manifiesta alegre, afectuoso, quiere disfrutar, creativo, curioso e intuitivo. Es aquel que juega, que está libre de todas las restricciones y no se autocensura. Está alegre o triste, ríe o llora naturalmente, se encuentra libre de trabas, dice las verdades que no es conveniente que se digan. Este es el niño sin restricciones, sin tabúes.

¿Podrías contar un chiste a tus compañeros? SI () No ()

El Niño Libre Negativo (NL-) se manifiesta como cruel, grosero, manipulador, egoísta, exigente, desconsiderado.

A

Estado del yo Adulto. Son comportamientos, pensamientos y sentimientos que son respuestas directas al aquí y ahora. El estado del yo Adulto (A) son grabaciones de datos adquiridos y ordenados por exploración y comprobación. Se caracteriza por su vocación, por la objetividad, la razón y la lógica. Es una especie de ordenador que capta los datos, los combina de manera inteligente, los trata lógicamente para tomar finalmente la decisión adecuada.

. ¿Cuánto es $6 + 6 - 12 = ?$ Escribe si usaste tu Adulto en esta operación.

Ahora bien, conociendo lo que contiene cada estado del yo puedes apreciar qué estado participa en una interacción o relación interpersonal.

El siguiente cuadro contiene los Estados del yo con sus manifestaciones conductuales. Te va a servir para identificar cuál estado del yo estás usando o está utilizando la persona con la que estás compartiendo.

Estados del yo	Expresiones Verbales	Tono de voz	Expresiones faciales	Gestos y posturas
Padre Crítico (PC)	De una vez por todas; yo en su caso. Nunca olvidaré. ¿Qué dirán los demás?	Seco, tajante despectivo inquisidor.	Ceño fruncido, mandíbula tensa, labios apretados.	Índice amenazador, mover la cabeza desaprobando, tronco erecto y arrogante.
Padre Nutricio (PN)	¡Ánimo! no te asustes, eres capaz, te quiero.	Acariciador, cálido, condescendiente, afectuoso.	Sonríe, comisura de los labios hacia arriba, mirada franca.	Poner la mano protectoramente, Abrazos de aliento.
Adulto (A)	Cómo se hizo, pienso que lo realizaré, exacto, déme razones	No alterado, no altanero, calmado, informado	Pensativa, serena, atenta, alerta.	Gestos mesurados, pero no insípidos. Uniforme y pausado
Niño Natural (NN) o Niño Libre (NL)	Me gusta, no me gusta, ¡Ay! ¡puaf!, ¡Qué miedo! te quiero	Inocente, confiado, expresividad, espontánea	Lágrimas, expresión de temor natural, risas, labios temblorosos.	Posturas sin inhibiciones, todo lo que indique vitalidad.
Niño Adaptado Sumiso (NAS)	Si pudiera... Si lo que usted quiera	Quejumbroso, temeroso opaco	Expresión huidiza, temerosa, contraída	Parsimonioso, Dubitativo, falta de fuerza
Niño Adaptado Rebelde (NAR)	Impertinentes, Estoy harto, Ojala revientes, La pagarás,	Acusador, duro, desafiante, resentido, rencoroso	Expresión rabiosa, bravía, desafiante	Sacando el pecho, puños apretados, gestos coléricos

De acuerdo a la revisión que hiciste ¿Cuál estado del yo usas con mayor frecuencia? Ahora bien márcalo y coméntalo con tu grupo.

Por la importancia que tiene para ti la educación de tu hijo, considera las siguientes reglas para usar el Padre Crítico (PC+).

- Centra la crítica sobre el comportamiento, no tiene nada que decir sobre la manera de ser, pensamientos y emociones. Sólo opina sobre el comportamiento.
- Limita la crítica a la descripción exacta de los hechos y sus consecuencias.

- Sugiere y alienta la modificación de la conducta deseable en virtud del principio, norma o pauta que se hace valer para fundamentar la crítica.
- Empezar destacando lo que tu hijo ha hecho bien o las cualidades y habilidades que tiene, para garantizar que se puede mejorar.
- Restringe la crítica a los hechos inmediatos, evitando sacar del baúl los errores y fallos antiguos, que ya no son corregibles.

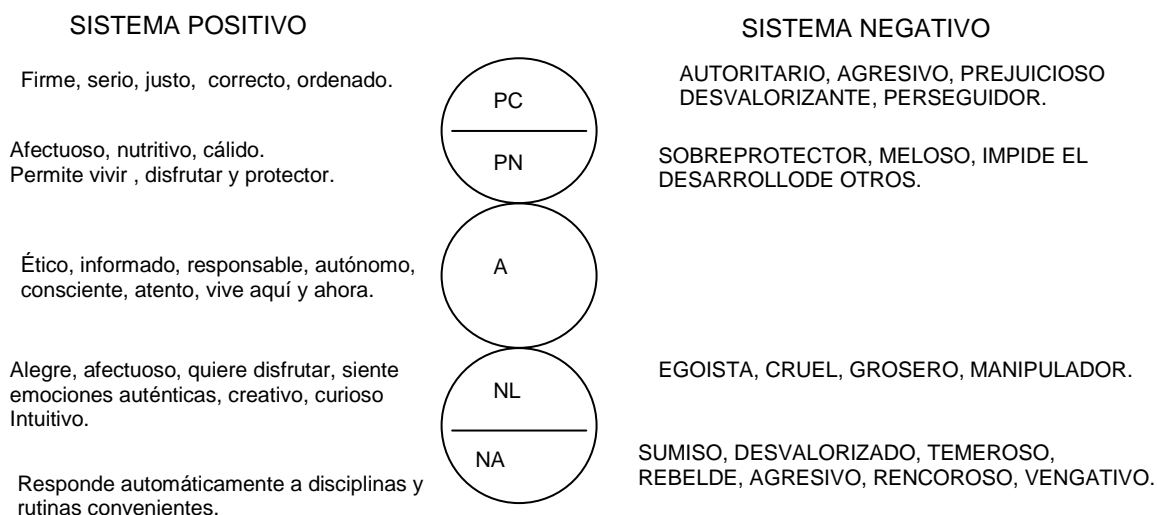
Por la importancia de tus responsabilidades en la educación de tus hijos, se te muestra una guía para usar el Padre Nutricio Positivo (PN+).

CUANDO OBSERVO QUE MI HIJO/A	DIGO.	HAGO.	SIENTO.
Necesita mi apoyo. Siente temor a fallar.	Confío en ti.	Toco el hombro. Miro a los ojos. Abrazo	COMPRENSIÓN.
Está confuso. No se atreve a pedir. Llama mal la atención.	¿Qué necesitas? Toco el hombro.	Miro a los ojos.	SIMPATÍA.
Teme consecuencias negativas por hacer lo que desea y le gusta.	Puedes disfrutar y divertirse sin penitencias ni culpa.	Miro a los ojos. Toco el hombro. Abrazo. Uso voz firme.	AFECTO.
Le gustaría saber que me siento bien con él/ella.	Estoy contento/a de ser tu amigo, pareja, etc.	Miro a los ojos. Expreso alegría.	ALEGRÍA.
Está sintiendo la emoción. Está sufriendo. No se siente comprendido	Comprendo lo que sientes.	Miro seriamente. Toco. Abrazo.	EMPATÍA.
Necesita elogios por lo que logró.	Estuviste muy bien. Te felicito.	Expreso alegría con todo el cuerpo. Le doy la mano. Lo palmeo.	ALEGRÍA. ORGULLO, PODER, SATISFACCIÓN.
Se siente muy mal por no ser perfecto. Teme el rechazo.	Cometiste un error. Es humano. Cualquiera puede hacerlo.	Lo miro seria y afectuosamente. Abro las manos.	ACEPTACIÓN Y TRISTEZA.
Necesita saber	Puedes contar	Le doy la mano.	SOLIDARIDAD.

que no está solo. Que tiene protección.	conmigo, en las buenas y en las malas.	Miro seriamente.	
Necesita un permiso para actuar y sentirse seguro y libre.	Tú puedes. Está bien lo que hagas. Tienes derecho.	Tono de voz firme. Manos en los hombros. Lo abrazo	SEGURIDAD Y FORTALEZA
Me agrada. Me atrae. Me gusta. Es buena persona.	Te quiero. Te aprecio. Te estimo	Miro a los ojos. Lo acaricio. Lo abrazo	AMOR

¿Qué mensajes has enviado? Escribe un ejemplo:

Ahora observa el esquema siguiente sobre el funcionamiento positivo y negativo de los estados del yo. Estos se pueden observar en las transacciones.



Observa y reflexiona:

¿Cuál estado del yo utilizas más frecuentemente en la educación de tus hijos?
¿Cuál estado del yo utilizas menos? Pon una cruz en el paréntesis correspondiente.

PC+ () PC- () PN+ () PN- ()
A ()
NL+ () NL- () NA+ () NA- ()

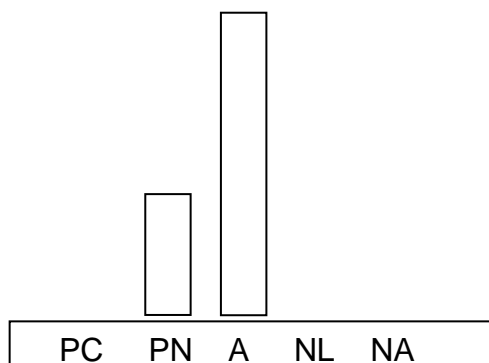
Egogramas.

Conociendo que estado del yo utilizas más y cual menos vas a elaborar tu egograma. El cual te permitirá obtener un perfil de tu personalidad, es decir

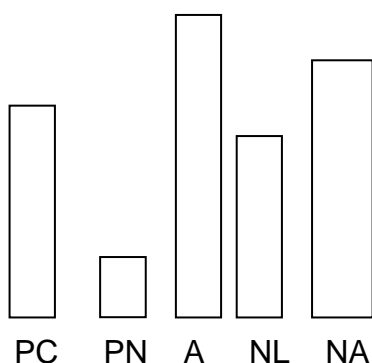
una fotografía de ella. Ya que a través de este medio se puede delinear sus características principales considerando como base los estados del yo.

Para hacer un egograma, se hace de la siguiente manera:

1. Se dibuja una línea horizontal, y en ella se anota las siglas de las cinco partes funcionales de los estados del yo. (Padre Critico (PC), Padre Nutricio (PN), Adulto (A), Niño Libre (NL), y Niño Adaptado (NA))
2. Anótalos en el siguiente orden. PC, PN, A, NL, y NA
3. Empieza por el estado funcional que utilizas más
4. Ahora dibuja la barra del estado funcional que utilizas menos
5. Ver ejemplo:



6. Ahora dibuja las otras tres barras en los estados funcionales restantes, considerando el tiempo relativo invertido en cada uno de esos estados del yo.



- 7.- Utiliza como apoyo del punto anterior el esquema 6, que te permite considerar el aspecto positivo como del negativo de los estados del yo.

Ahora bien contesta ¿qué relación hay entre tu egograma y tu estilo disciplinario?

Sesión 6

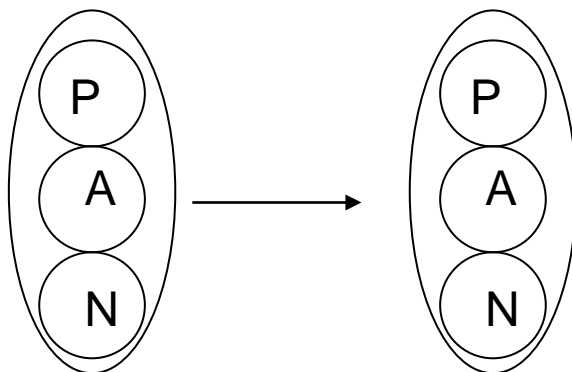
Objetivo

Los participantes identificarán qué tipo de transacciones (relaciones interpersonales) establecen en su contexto familiar.

Para lograr este objetivo vas a aprender lo que son las transacciones. Estas son consideradas como la comunicación verbal y no verbal que se establece entre las personas. Cuando las personas entablan una conversación, los canales de comunicación pueden permanecer abiertos y ésta se da en un fluir continuo. Otras veces se corta bruscamente, y en otras, las personas en su comunicación experimentan sentimientos negativos frente a partes ocultas en los mensajes, que si bien no se dicen, están implícitos en la conversación.

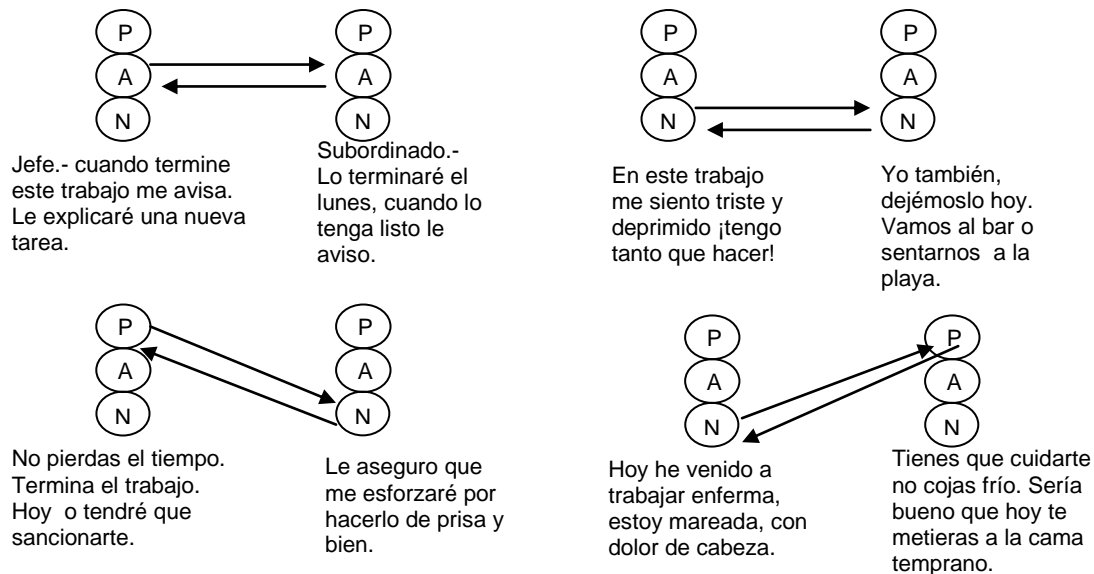
Al hacer un análisis de la comunicación, vas a ver qué parte de la estructura de la personalidad de los individuos se manifiesta. En la sesión 5, ya te mostramos la estructura de la personalidad (P, A y N) y también vimos que en la interacción con otras personas se puede manifestar funcionalmente de diversas maneras.

A continuación ve hay dos personas y cada una con su propia estructura interna. Son dos personalidades diferentes.



En este intercambio el estímulo inicial puede partir de cualquier estado del yo de la personalidad, ya sea del estado del yo Padre, Adulto o Niño y la respuesta correspondiente vendrá de cualquiera de ellos. La transacción puede ser representada por un diagrama en el que se dibujan las dos personas y el intercambio estímulos- respuestas.

Observa las siguientes transacciones.



Como ves el estímulo recibe la respuesta esperada, es decir, el emisor recibe del receptor la respuesta que espera.

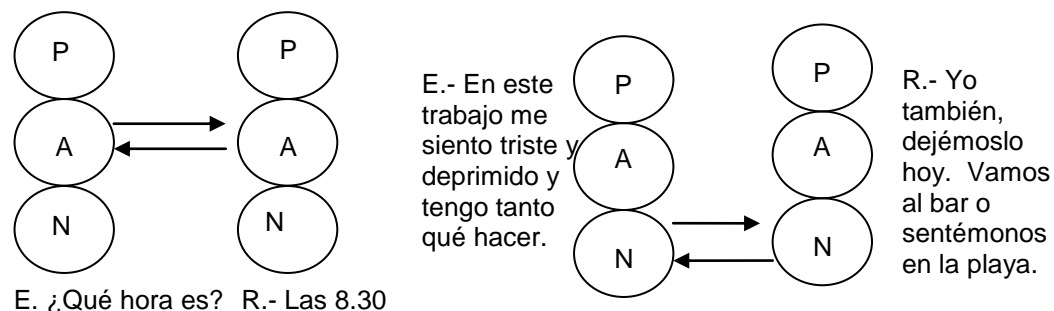
A continuación se describen los tipos de transacciones:

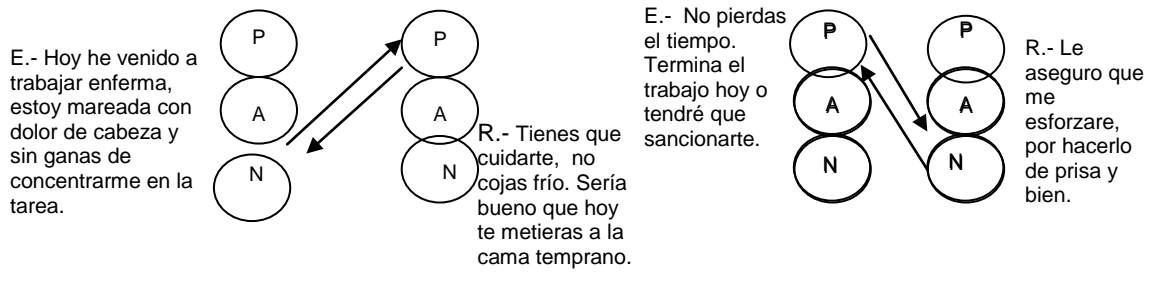
1. Transacción Complementaria. La respuesta es la apropiada al estímulo.
2. Transacción Cruzada (Conflicto). La respuesta no es la esperada, no responde a las intenciones del estímulo.
3. Transacción ulterior. El estímulo se dirige a una parte determinada de la personalidad, pero lleva también un mensaje oculto dirigido a otra parte del ego.

1.- Transacción Complementaria

Las transacciones complementarias se identifican cuando a un estímulo le corresponde la respuesta apropiada, se establece una comunicación continua y una interpretación positiva. Al plantearse este tipo de transacción y al mantenerse un desarrollo en cadena entre dos personas, (E----R...E---R---E--R...) se produce una comunicación apropiada, que dará lugar al establecimiento de una relación humana que mantendrá abiertos los canales de comunicación.

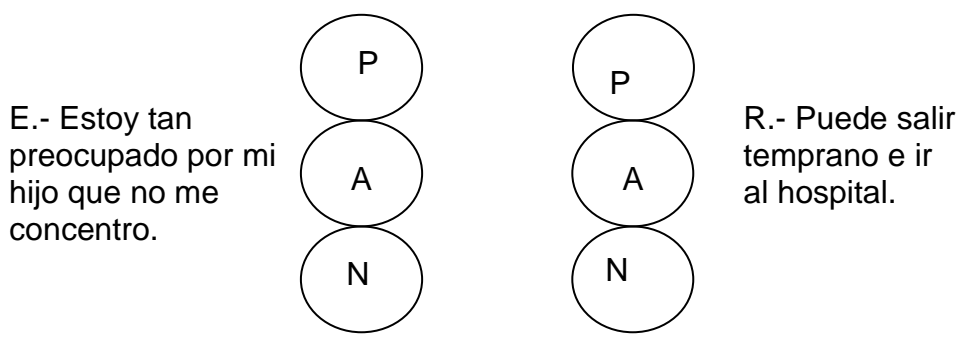
A continuación se presentan algunos ejemplos de este tipo de transacciones complementarias:





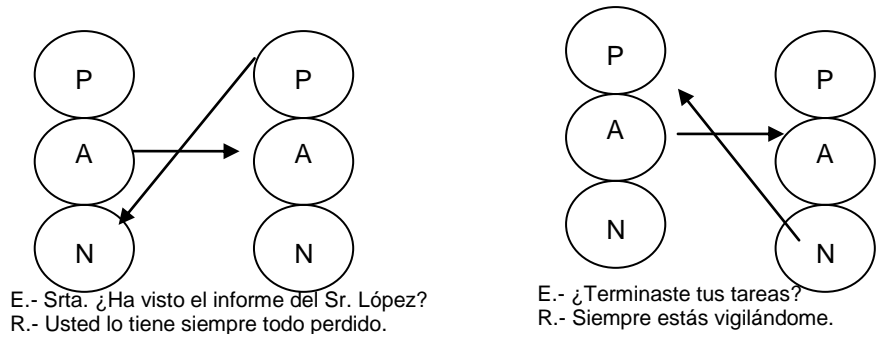
Como se observa, la comunicación es paralela entre los estados del yo.

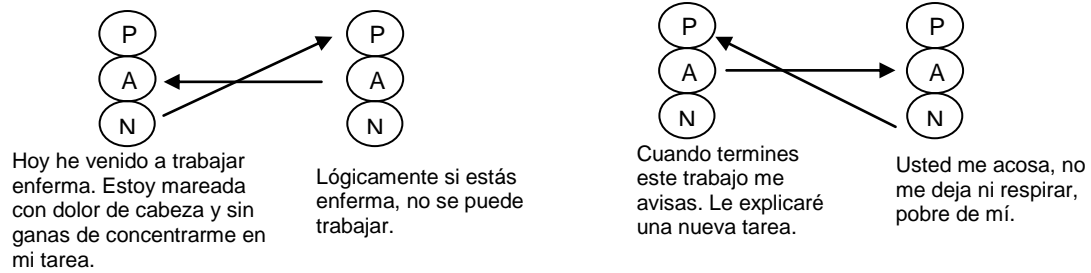
Ejercicio.- Traza las flechas de esta transacción, o sea de dónde nace la comunicación y a qué estado del yo la envía.



2.- Transacción Cruzada

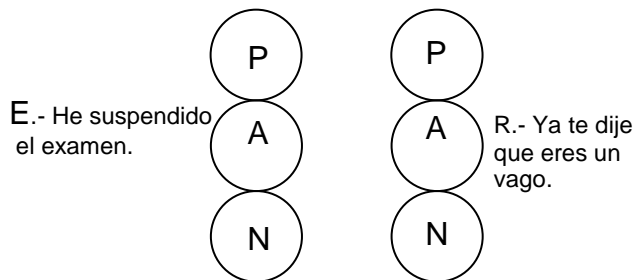
En la Transacción Cruzada la respuesta no es la esperada, no responde a las intenciones del estímulo. En este tipo de transacciones se produce la ruptura de la comunicación.





Como observas la comunicación se corta, la respuesta no es la esperada.

Ejercicio.- Traza las flechas de esta transacción, o sea de dónde nace la comunicación y a qué estado del yo la envía.

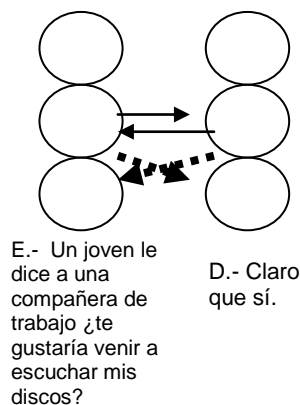


Si tu modo de relacionarte fuera de esta manera ¿qué sentimientos provocarías?

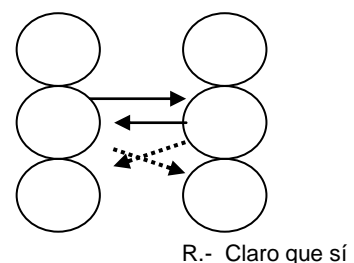
3.- Transacción ulterior.

Este tipo de transacciones comprenden más de dos estados del yo. Hay dos mensajes, uno socialmente aceptado, manifiesto y otro oculto, ulterior, disimulado.

Al respecto veamos algunos ejemplos



Jefe (no está dispuesto a que su empleado llegue tarde) y le dice al moroso: hazme el favor de tener el control de asistencia del personal y me lo pasas, ya que no estoy dispuesto a que todos lleguen tarde.



Como se observa la comunicación es complementaria a nivel social o manifiesta; pero hay un mensaje psicológico que no es claro, es indirecto, el verdadero mensaje está disfrazado, es ulterior.

A continuación, trata de identificar las claves de cada estado del yo que se manifiestan en el salón de clases. Márcalas y en tu caso ponles un círculo.

Claves del Padre (P)	Claves del Adulto (A)	Claves del Niño (N)
<u>Físicas</u>	<u>Físicas</u>	<u>Físicas</u>
Fruncir el ceño.	Rostro atento.	Lágrimas.
Apretar los labios.	Manos relajadas hacia los lados.	Labios temblorosos.
Agitar el dedo índice apuntando.	Movimientos pausados, mesurados.	Hacer pucheros.
Menear la cabeza.	curioso	Berrinches.
Mostrar una expresión horrorizada.	<u>Verbales</u>	Voz aguda y llorona.
Golpear rítmicamente el suelo con el pie.	.	Encogerse de hombros.
Poner los brazos en jarras.	¿Qué?	Levantar la mano para pedir permiso.
Cruzar los brazos sobre el pecho.	¿Dónde?	
Estrujarse las manos.	¿Por qué?	<u>Verbales</u>
Suspirar.	¿Cómo?	Quiero.
Dar golpecitos a otro en la cabeza.	¿Cuánto?	Necesito.
<u>Verbales.</u>	De qué manera.	No quiero.
Voy a poner fin a esto de una vez por todas.	Relativamente.	Me da igual.
No puedo por nada del mundo.	Cierto falso.	Cuando sea mayor.
Nunca olvidaré.	Probable.	Cuando sea más grande.
Siempre y nunca.	Desconocido.	El mío es mejor.
Cuantas veces te lo he dicho.	Objetivo.	
Yo en tu caso.	Creo.	
Estúpido, Travieso, ridículo asqueroso, fastidioso, perezoso, absurdo, pobrecito.	Comprendo.	
Muy mono, vamos, vamos, y ahora qué ¿otra vez? Debes, deberías.	Opino que.	

En este ejercicio anota a la derecha de cada clave a que estado del yo se está refiriendo cada mensaje.

¡Caramba está padrísima!	
Golpear rítmicamente el suelo con el	

pie.	
Ya te lo dije	
No creo que sea posible	
quiero	
Es probable	
Siempre cometes errores	

Verás a continuación un tema de suma importancia, las caricias; tan importantes como las necesidades de alimentación o de contacto físico, tan necesarias que sin ellas, se puede uno enfermar (Sentirse no amado, sin respeto, o sin valor).

Las Caricias. Significan de modo general caricias físicas (de contacto) y caricias sociales o de reconocimiento, también se le denomina “la unidad de reconocimiento”. Estas se transmiten por medio de las transacciones.

A continuación haz la lectura siguiente y contesta los ejercicios que se te presentan.

Caricias Positivas. Una caricia positiva es una transacción complementaria adecuada a la situación. Ayudan a sentirse bien y aumenta el sentimiento de autoestima. Ya que reconocen, desarrollan y aumentan el bienestar de la persona. Ejemplo. Me encanta estar contigo .etc. Da una caricia positiva tu hijo.
 2.- Las caricias negativas, son aquellas que nos hacen sentir mal, disminuyen, ridiculizan rebajan, causan daño moral o físico. Ejemplo: Eres un inepto, no sabes mandar. Responde ¿Qué efecto tiene una caricia negativa?.....

3.- Caricias incondicionales. Se refieren a la persona, por ser quien es, tal como es, por el mero hecho de ser ella, de existir. Estas son emitidas por el Padre nutritivo o Niño natural: Eres lo mejor del mundo, Te quiero, Te odio. Te amo.

4.-Las caricias condicionales se otorgan o se reciben por una determinada forma de ser o de hacer. Se dan caricias por una acción, o algo concreto de la persona. El reconocimiento se da por lo que hace o tiene. Ejemplos. Siempre eres puntal, eres maravillosa; Ese trabajo es una porquería; Me agradas cuando presentas limpios los trabajos.

5.- las caricias de expresión personal u objetal. Son las caricias expresadas personalmente pueden ser no verbales que incluye el contacto físico (abrazos, apretón de manos etc.) o los gestos (ceño fruncido, sonrisa etc.) así como las caricias verbales, que son las más frecuentes. Las caricias también se dan o se otorgan a través de objetos (un regalo, una carta etc.). Escribe una carta a tu hijo.

6.-Las caricias en función de la intención con que se dan. Pueden ser sinceras o falsas. La primera, se expresan sentimientos auténticos, lo que sienten. Las

caricias falsas se caracterizan por ser fingidas, como ejemplo la adulación, la cual se otorga para obtener provecho.

7.- Según el estado del yo que recibe la caricia. Cada estado del yo tiene sus necesidades y apetencias dinámicas y existen los incentivos que las satisfacen.

Caricias para el estado del Yo Padre: Apropriadas al Padre Crítico (PC) son de estima y veneración, admirando sus valores y normas, cumpliendo sus consejos, manteniendo la tradición familiar. Ejemplo: Gracias papá por enseñarme a ser puntual. Para el Padre Nutricio (PN) necesita caricias de amor, reconocerle que anima y trabaja con su buen corazón a favor de los demás, que expresa afecto, apoyo. Ejemplo: Gracias papá por expresarme tu cariño, me haces fuerte.

Al estado del yo Adulto. A este estado es necesario darle caricias a través de “datos exactos. Ejemplo: Me ofreces un programa bien pensado”

Al estado del yo Niño. En su Niño Natural (NN) se le otorgan caricias de tocar, comer, de alegría. Al Pequeño Profesor (PP), reforzarle su creatividad, su intuición. Al Niño Adaptado (NA) se le otorgan caricias de aprobación o desaprobación por su conducta.

Las heterocaricias. Son las caricias que nos dan otros. (Nuestros padres, amigos, compañeros)

Las autocaricias. Son el reconocimiento del valor personal que nos damos. Si son positivas reconocen y premian. Si son negativas, no reconocen el valor personal, critican y desvalorizan.

Ejercicio.- ¿Cuáles son las caricias que das y recibes? Anota un ejemplo en la columna de la derecha del siguiente cuadro y compártelas con tus compañeros:

Tipos de Caricias	Algunos ejemplos	Anota tu ejemplo
1. Caricias positivas	¡Me encanta estar contigo! ¡Desgraciado! ¡Imbécil!	
2. Caricias negativas		
3. Caricias condicionales	¡Me gusta tu forma de vestir! ¡Eres lo mejor del mundo!	
4. Caricias incondicionales		
5. Expresada personalmente	Un abrazo	
6. Expresada objetivamente	Un regalo	
7. Sinceras	¡Eres mi mejor amigo!	
8. falsas	¿Por qué no me dejas tu moto este fin de semana	

9. Caricias para el Padre	¡Gracias por haberme traído al mundo!	
10. Caricias para el Adulto	¡Trabajar contigo es una experiencia positiva!	
11. Caricias para el niño	¡Me siento tan bien abrazado a ti!	
12. heterocaricias	¡Eres muy valioso para nosotros!	
13. auto caricias	¡Que memoria mas prodigiosa la mía!	

Sesión 7

Objetivo:

Los participantes expresarán de modo auténtico sus sentimientos, así como el efecto tangible que le provoca los comportamientos que no acepta de sus hijos.

Para lograr este propósito veremos una de las herramientas que te pueden ayudar a que te muestres franco y abierto con tus hijos: el mensaje yo.

Con el mensaje yo, el padre precisa o describe la conducta del hijo que le afecta, los sentimientos que le provocan así como el efecto tangible o concreto que le provoca la conducta del hijo.

Para que tu hijo cambie voluntariamente su conducta por consideración a ti, él necesita saber cuál es su problema. Esto requiere tres piezas de información:

- 1.- Cual es la conducta que te está causando el problema.
- 2.- En qué forma esa conducta te está afectando.
“Eso que tu haces me afecta así”.
- 3.- Qué sentimientos tienes debido a esa conducta.

Para enviar mensajes yo se recomienda:

Evitar el reprochar, recriminar, evaluar, juzgar. Casi siempre declarar los sentimientos propios en vez de evaluar a los demás es más gratificante. Observa el contraste de los siguientes mensajes:

Mensaje yo.- Me da gusto que hayas venido a consultar este problema.

Mensaje tu.- Hiciste lo correcto al venir a consultarme este problema.

Mensaje yo Me siento lastimada cuando no me contestas, ni me miras cuando te hablo.

Mensaje tu.- Qué te pasa ¿Eres desdeñosa cuando se te habla?

Mensaje Yo. – Te quiero mucho.

Mensaje tu.- Eres buen chico.

Cuando la conducta del hijo tiene un efecto tangible, indeseable para ti, y estás dispuesto a darle a conocer a tu hijo el efecto y tus sentimientos acerca de la conducta y de su efecto, el hijo deseara cambiar la conducta para ayudarte.

Las tres partes del mensaje Yo completo son:

- 1.- Una descripción de la conducta sin culpar (C).
- 2.- El efecto tangible de la conducta en usted (ET).
- 3.- Sus sentimiento acerca de la conducta (S).

A continuación observa los ejemplos siguientes que te permitirán realizar los ejercicios restantes.

Ejemplos:

- “Cuando ustedes niños, hablan durante el noticiero (conducta), realmente me frustró (sentimiento), porque no puedo escuchar lo que el cronista está diciendo. (Efecto tangible).
- Estoy preocupada (sentimiento), de que alguien vaya a tropezarse y a caer con los zapatos que dejaron en las escaleras (conducta) y luego tenga que llevarlos a curación si se lastiman (Efecto tangible).
- Cuando se pelean en el auto (conducta), me distraigo y no puedo manejar con toda la atención (efecto tangible) y tengo miedo (sentimiento) de que tengamos un accidente.

Como se observa, se describe la conducta, se especifica el impacto o efecto y el sentimiento que provoca la conducta en cuestión.

Ahora realiza las siguientes oraciones, son mensajes yo de tres partes completos. Escribe en los paréntesis la conducta, el (los) efectos tangibles y el (los) sentimientos acerca de la conducta o del efecto tangible.

1.- Cuando despiertas a tu hermanita tan temprano el sábado en la mañana () me siento mal () porque no puedo seguir durmiendo () y me tengo que levantar a prepararle el biberón ().

2.- Temo () que si brincas el sillón () se eche a perder y entonces ya no podremos el disfrutar el sentarnos en el. ()

3.- Cuando dejas la bicicleta en medio de la cochera () me molesta mucho () porque me tengo que bajar del coche para quitarla ()

4.- Cuando dejan el pegamento en el banquillo () me da mucho miedo () de que vaya a llegar el bebé y se lo coma, y tenga que estar revisando el cuarto constantemente ()

Los ejercicios que se presentan a continuación te permitirán detectar cada una de las partes de la estructura del mensaje yo:

1.- Descripción de la conducta.

Una descripción que no sea culpígena de la conducta inaceptable significa: un enunciado simple de la conducta ejemplo Cuando la ropa está en el suelo... Sin emitir juicio, ejemplo: Cuando tu ropa es un desastre. Sin palabras que lastiman, como siempre o nunca; ejemplo: como siempre tu ropa esta en el suelo

Instrucciones

Lee las siguientes series de descripciones de la conducta y marca en cada serie, la que parece menos culpígena.

- a.- Cuando dejan la puerta abierta.
- b.- Siempre que dejas la puerta abierta.
- c.- Cuando a propósito dejas la puerta abierta.

- a.- Cuando sirves la leche descuidadamente.
- b.- Cuando sirves la leche desde muy arriba del vaso.
- c.- Cuando no pones ninguna atención en lo que haces y sirves.

- a.- Cuando salgo en la mañana al trabajo y el tanque de la gasolina marca vacío.
- b.- Como nunca le cargas gasolina al carro.
- c.- Como no te importa si quedó suficiente gasolina en el auto para que yo pueda llegar al trabajo.

2.- Efecto tangible.

La conducta de tu hijo tiene o tendrá un efecto tangible en ti, si:

- Te cuesta tiempo, dinero y esfuerzo, que preferirías gastar en otra cosa. Por ejemplo limpiar un tiradero, haciendo viajes innecesarios. Etc.
- No te deja hacer algo que necesitas o deseas hacer. Por ejemplo llegar a tiempo a algún lugar, usar el teléfono, disfrutar de algo. Etc.
- Lástima tu cuerpo o tus sentidos. Por ejemplo: ruidos fuertes, luces brillantes, temperaturas extremas etc.
- Ocasiona pérdida parcial o total del uso de algo o su disfrute o satisfacción, Por ejemplo; un plato roto, un libro perdido, una alfombra manchada, etc.

Instrucciones

Lee los siguientes enunciados y elije la opción con el efecto más tangible o concreto que pudo tener la persona que envió el mensaje yo.

1.- Cuando se deja la puerta de la casa abierta.

- a.- Tu mamá se va a enojar contigo.
- b.- Vas a pescar un resfriado.
- c.- Se puede meter un extraño.

2.- Cuando sirves la leche en el vaso desde muy alto.

- a.- Te la vas a vaciar encima.
- b.- Voy a tener que lavar y planchar más ropa y se desperdicia la leche.
- c.- Yo me enojo.

3.- Cuando salgo para el trabajo y el tanque de gasolina del auto está vacío después de que lo usaste.

- a.- El tener que detenerme a cargar gasolina hace que se me haga tarde para el trabajo.
- b.- Un día me voy a quedar a medio camino.
- c.- Los vecinos van a pensar que soy muy permisivo.

3.- Los Sentimientos.

Si los efectos tangibles de la conducta inaceptable del hijo ocurren inmediatamente, tendrás una amplia gama de sentimientos acerca de ellos. Por ejemplo: desilusión, resentimiento, sentirse lastimado, tristeza. etc.

Instrucciones.

Lee los siguientes enunciados que son las dos primeras partes de un mensaje yo (descripción de la conducta y el efecto tangible) y luego escribe los sentimientos que tendrías en esa situación dada.

Descripción de la conducta y efecto tangible.	Sentimientos que usted podría tener
1.-Cuando se deja la puerta de la casa abierta, se pueden meter personas extrañas a robar.....	
2.-Cuando sirves la leche en el vaso desde muy alto, se puede tirar y me tengo que levantar a limpiar el mantel...	
3.- Cuando no me avisas que el auto no trae gasolina, me tengo que detener a cargar y se me hace tarde para el trabajo...	
4.- Cuando dejas la bicicleta en medio de la cochera y me tengo que bajar del auto para moverla....	

Es muy importante el detectar los sentimientos que experimentas cuando la conducta de tu hijo te genera algún problema. Para entrar en contacto con tus sentimientos vas a realizar los siguientes ejercicios:

En este ejercicio "Vocabulario de sentimientos"

1.- Escribe los sentimientos o emociones que hayas experimentado.

Ejemplos:

Miedo. Ansiedad, irritabilidad, soledad, etc.

Has por lo menos una lista de 20 sentimientos. Al hacerlo te vas a dar cuenta de que a veces nos cuesta trabajo detectar los sentimientos que tenemos. Esta relación de sentimientos y emociones la vas a compartir con tu grupo conforme a la guía del facilitador.

2.- Escribe 10 comportamientos frecuentes de tu hijo, que por lo general te parezcan no aceptables. Piense en ellos como comportamientos que te privarán de algo que necesitas o deseas. En la segunda columna, después de cada comportamiento, escribe cada vez, "Tengo miedo de que"... En la tercera columna escribe las palabras que completen correctamente la oración.

Ve ejemplo:

<u>Comportamientos no aceptables, que me privaran de algo que necesito o deseo.</u>	<u>Tengo miedo de que</u>	<u>terminación</u>
Llegas a las 2 a.m y no avisas.	Tengo miedo de que	Te asalten y te tiren en el río.

Te vas de parranda con dinero prestado.	Tengo miedo de que	No solo te emborraches sino también uses otras drogas.
No levantan sus trastes después de desayunar.	Tengo miedo de que	Vengan las hormigas y se suban a la mesa.

Los comportamientos que generalmente les causan un problema, les genera miedo o temor hacia algo

3.- No emplees mucho tiempo en buscar las palabras precisas, para definir tus sentimientos. Me duele, me siento cansado o tengo miedo, siento vergüenza son sentimientos básicos que expresan frecuentemente lo que tú sientes.

Ahora en el siguiente ejercicio escribe para cada situación un mensaje yo

Situación	Mensaje tú	Mensaje yo
1--El padre desea leer el periódico. El hijo continúa subiéndosele encima. El padre se enoja.	Nunca deberías interrumpir a alguien que está leyendo.	
2.- La madre está usando la aspiradora. El chico la desconecta continuamente. La madre tiene prisa.	Estas desobedeciéndome.	
3.- El chico llega a la mesa con las manos muy sucias.	No estas siendo un niño grande responsable. Eso es lo que haría el Bebé.	
4.- El niño sigue sin acostarse. La madre habla con su esposo acerca de un problema privado. Al estar el chico cerca no pueden hablar	Sabes que hace rato que deberías estar acostado. Solo tratas de molestarnos. Necesitas dormir.	
5.- El chico sigue suplicando que lo lleven al cine, pero no ha limpiado su recamara durante varios días, cosa que se comprometió en hacer.	No mereces ir al cine cuando has sido desconsiderado y egoísta	
6.- El chico ha estado malhumorado y triste durante todo el día. La madre desconoce la causa	Vamos, termina con ese malhumor. O te alegras o te vas con tu genio a otra parte. Estas tomando algo demasiado en serio	
7.- El chico escucha el	¿No puedes ser más	

<p>tocadiscos a un volumen tan alto, que éste interfiere con la conversación que los padres sostienen en la habitación de junto.</p>	<p>desconsiderado con los demás? ¿Por qué oyes el tocadiscos a ese volumen?</p>	
<p>8.- La chica prometió planchar las servilletas que se usarán en la cena. Durante todo el día ha perdido el tiempo, ahora falta solo una hora para que lleguen los invitados y no ha empezado a planchar.</p>	<p>No has hecho nada durante todo el día y nos has fallado en tu trabajo. ¿Cómo puedes ser tan distraída e irresponsable?</p>	
<p>9.- La chica olvido llegar a la hora convenida, a fin de que la madre pudiera llevarla a comprar zapatos. La madre tiene prisa.</p>	<p>Debería darte vergüenza. Después de todo, estuve de acuerdo en llevarte y tú no te fijas en la hora.</p>	

Sesión 8

Objetivo.

Los participantes reforzarán las relaciones armónicas por medio de mensajes yo declarativos, positivos, de respuesta y preventivos como un modo de fortalecer las relaciones familiares.

Una manera de fortalecer y de mantener las relaciones armónicas son a través de mensajes yo en el área de no problemas. En estas relaciones el niño satisface sus propias necesidades. Es decir no tiene un problema específico y su comportamiento no interfiere con las necesidades de su padre.

Cuando se establece una comunicación con mensaje yo, en esta área el padre se muestra auténtico y congruente, esto es lo que estoy sintiendo y checa perfecto con lo que estoy diciendo. Con este tipo de mensajes es más fácil para los demás ver y oír lo que pasa en mi interior y saber cómo realmente soy.

Es una especie de auto apertura, da información sobre mí como individuo, como persona y no en el papel de mamá, esposo, etc. Por lo tanto el mensaje yo dice algo de mí, se refiere a mí, es un mensaje que expresa una verdad sobre mí.

Los mensajes yo en el área de no problemas son:

- a) Mensaje yo declarativo.
- b) Mensaje yo de respuesta.
- c) Mensaje yo preventivo.
- d) Mensaje yo positivo.

Estos se expresan con actitud y voz normal ya que no hay problemas.

a) Mensaje yo declarativo

Es una explicación que le damos a otra persona de lo que pienso, siento, creo, necesito, aprecio, me encanta, me choca, por ejemplo.

- Creo que fumar es perjudicial
- Me gusta leer
- Creo en la democracia
- Creo que la comunicación es importante.
- Me gusta estar con ustedes.
- Tengo hambre
- Estoy cansado
- Me siento cansado y quiero dormir
- No quiero comer, prefiero descansar

Los mensajes declarativos invitan a intercambiar experiencias. Esto ayuda a construir relaciones con profundidad, más francas.

Ejercicio.- Expresa ante tus amigos tus opiniones, gustos, preferencias, lo que te gusta, o lo que no te gusta. Observa el impacto que tiene.

b) Mensajes yo de respuesta.

En las relaciones de padre e hijo hay con frecuencia situaciones en donde el padre no puede satisfacer el deseo del hijo, por razones de tiempo, esfuerzo y energía. Tras el deseo del hijo hay normalmente una necesidad también justificada.

Los niños aceptan una respuesta NO de los padres si estos dan a conocer sus necesidades o la razón por la que dicen no.

Un mensaje yo de respuesta consta de dos partes.

1.- Un claro No.

2.- La razón del No, expresado en consecuencias concretas de lo que significa para el padre si hubiera satisfecho ese deseo.

El mensaje yo de respuesta es una explicación razonable. Ejemplo.- No te compro la paleta porque no quiero que se ensucie el coche; No te llevo a casa de tu amigo porque pensaba descansar, estoy muy cansado etc.

Ejercicio. Ante esta petición de tu hijo, niégale y dale argumento del por qué no.

Mi hijo dice: papi, préstame tu carro

Papá dice. No te lo presto, porque -----

c) Mensaje yo preventivo.

En el mensaje yo preventivo le decimos a los demás (hijo, esposa etc) anticipadamente lo que vamos a hacer, a necesitar. De esta manera el otro tiene la oportunidad de cooperar con nosotros para que podamos satisfacer nuestras necesidades.

El mensaje consiste en dos partes:

1.- Describir aquello que uno hará o necesitará

2.- La razón tras la necesidad, ¿por qué?

Con este mensaje se apela a la comprensión del otro, se sienten los hijos motivados para ayudarle al padre a satisfacer sus necesidades.

Ejemplos

Hoy que vamos a Cuernavaca, quisiera que no haya pleitos En el coche, porque me quiero concentrar en el manejo para no chocar.

Me encantaría que des las gracias, cuando tu abuelita te de un regalo.

Ejercicios.

Si tienes pensado algún plan a corto plazo indícale a tus hijos, esposo (a) lo que necesitaras de ellos y los motivos.

La semana que entra van a venir mis amigos a visitarme, quisiera que

d) Mensaje Yo Positivo.

Estos mensajes transmiten al hijo sentimientos positivos de alegría, gozo, entusiasmo etc. por su conducta. A veces se porta tu hijo de una manera que para ti es muy aceptable, que te gusta, que te llena de alegría o agradecimiento. Veamos algunos ejemplos:

Sentimiento	Conducta	Efecto tangible	Postura incorrecta
Estoy feliz	de cómo arreglaron el garaje	ya no me cuesta trabajo estacionar el coche	Hicieron lo correcto arreglando el garaje.
Me alegra muchísimo	lo bien que te fue este semestre		Te sacaste buenas calificaciones en el semestre.
Te quiero; me encantas			Eres una niña tan buena

En un mensaje Yo Positivo no hacemos un juicio sobre el niño, como se observa en la cuarta columna. Los niños rechazan los mensajes Tu Positivos, pues se sienten calificados desde arriba: eres una niña tan buena, hicieron lo correcto arreglando el garaje; te sacaste buenas calificaciones en el semestre.

Ejercicio.

Uno de los regalos más significativos que podemos dar a otros es compartir aquello que nos proporciona gusto, placer, alegría etc. Ejemplos:

- a.- Que gusto me dio que me hayas hablado, andaba medio decaída y tu llamada me levantó el ánimo.
- b. Tu dibujo tiene mis colores favoritos azul y verde, y me hacen sentir en paz cuando los veo.
- c.- Mi amor cuando llegas de la escuela y corres a darme un abrazo y un beso, me haces sentir querida y eso me anima a continuar con alegría el resto de mis tareas en casa.

Ahora hagamos una práctica.

- 1.- Escribe abajo el nombre de cada uno de los miembros de tu familia.
- 2.- Enseguida del nombre escribe un mensaje Yo Positivo, que lleve los sentimientos positivos acerca de una de las conductas de esa persona.
- 3.- Ahora dígaselo en el momento que tenga la oportunidad.

Nombre de la Persona

Mensaje Yo positivo

Sesión 9

Objetivo.

Los participantes podrán manejar sus diferencias o conflictos con sus hijos a través del método nadie pierde.

Al conflicto en este caso se le considera como una colisión, un desacuerdo, confrontación, lucha de poder, antagonismo. Los conflictos que se manifiestan en el contexto familiar pueden ser diversos, en este caso nos estamos refiriendo a dos tipos de conflicto:

- A.- Conducta o comportamientos que interfieren con la satisfacción de las necesidades del otro.
- B.- Valores, gustos, preferencias que no se comparten.

A.- Con relación a los comportamientos que interfieren con la satisfacción de las necesidades del otro, veremos los conflictos que se abordan mediante soluciones competitivas. necesidades competitivas.

Método 1 (Autoritario)

Con este método el padre defiende con energía su derecho a ejercer su autoridad y poder sobre su hijo, creen en restringir, en fijar límites, en exigir cierto tipo de conductas, en dar órdenes y en esperar obediencia. Usan amenazas y castigos para obligar al niño a obedecer y castigan cuando no lo hacen.

Cuando hay un conflicto entre padre e hijo los padres resuelven el conflicto de tal forma que el padre gana y el niño pierde. Generalmente justifican su triunfo con frases como: "papá sabe lo que te conviene, es por tu bien" dicen, los hijos requieren autoridad paterna. Es responsabilidad de los padres hacer uso de su autoridad para el bien del niño.

Ejemplo.

La madre está preocupada y molesta porque Enrique, su hijo de 4.1/2 años se niega a comer verduras.

Madre	Enrique	Madre
Realmente me preocupa porque no te comes las verduras que te sirvo, debido a que no recibes las vitaminas que necesitas para crecer fuerte y sano.	No me gustan las verduras, las detesto.	Bueno, a mí me tiene sin cuidado. Te vas a comer algunas de las verduras que te sirva. Si no lo haces no te serviré las cosas que te gustan.

Los efectos de este método son entre otros: resentimiento, enojo o agresión hacia el padre, miedo al castigo, obediencia con hostilidad, sumisión y dependencia sin iniciativa.

Método 11. (Permisivo)

En este caso los padres permiten una gran cantidad de libertad la mayor parte del tiempo, conscientemente evitan fijar límites y admiten orgullosos que no

aprueban métodos autoritarios, ya que consideran que es dañino frustrar las necesidades del hijo.

Cuando surge un conflicto entre las necesidades del padre y del hijo casi siempre gana el hijo y el padre pierde. Creen que es dañino frustrar a los hijos.

Ejemplo

Madre	Enrique	Madre
Realmente me preocupa porque no te comes las verduras que te sirvo, debido a que no recibes las vitaminas que necesitas para crecer fuerte y sano	No me gustan las verduras, las detesto	Simplemente no sé qué hacer contigo. Sabes que necesitas comer verduras, pero si no te las comes tu vas a ser quien sufra las consecuencias. Me rindo. Haz lo que quieras y hecha a la basura tu salud. Te arrepentirás.

Los efectos son entre otros, hijos egoístas, impulsivos, exigentes, que sólo esperan recibir y tomar; con dificultad en sus relaciones interpersonales; con dificultad para que se adapten en la escuela. Los padres no toleran al hijo está resentido.

Caracteriza a los métodos 1 (Autoritario) y Método 11 (Permisivo) el abordar las soluciones al conflicto a través de soluciones competitivas (o es blanco o es negro, yo contra ti o eres tu o yo).

Bien, ahora vamos a aprender una postura nueva o diferente para abordar los conflictos. En esta postura el conflicto se aborda considerando las necesidades competitivas del otro, conociéndolas, compartiéndolas, y en base a ello las partes implicadas en el conflicto, buscan los acuerdos para su solución. Este es el siguiente Método.

Método III (nadie pierde)

Cuando tu hijo persiste en continuar con un comportamiento que a ti te causa un problema y que te afecta y no obstante que ya se lo hiciste notar mediante el mensaje yo, se recurre a este método III.

El mensaje yo que ya utilizaste le dice al hijo la razón por la cual su comportamiento no es aceptable para ti, sin embargo el jovencito siente una fuerte necesidad de continuar, por razones desconocidas para ti en ese momento. Así pues si no modifica su comportamiento los dos tienen un conflicto. No te gusta su comportamiento pero a él sí.

En este método el padre y el hijo buscan juntos una solución, que satisfaga las necesidades de ambos, nadie pierde. Ambos ganan. Vemos a continuación el procedimiento para la solución del conflicto y su descripción:

Método III (nadie pierde)

- Paso 1 definimos el problema, realmente entenderlo
- Paso 2.- Pensamos en todas las soluciones posibles
- Paso3.- Revisamos las soluciones para ver cuales son las más factibles.
- Paso 4.- Nos decidimos por la mejor
- Paso 5.- La probamos
- Paso 6.- Revisamos para ver si se resolvió el problema

Paso Uno. Definimos el problema en término de necesidades (no de competencia).

Este es un paso crítico en la solución de problemas. Tu declaración del problema no debe comunicar culpabilidad, ni enjuiciamiento. La forma más eficaz de declarar tus necesidades es enviar mensajes yo. (Qué siento con respecto a qué conducta y cuáles son sus efectos o impacto en mí).

Una vez que declaraste tus necesidades y sentimientos, o punto de vista, trata de comprender las necesidades de tu hijo. Si no conoces el punto de vista de tu hijo pídele que te lo describa. Usa la escucha activa, es decir, escucha, descifra y verifica mediante la retroalimentación el sentir del hijo.

Tómate el tiempo necesario para definir con precisión el problema o conflicto, para escuchar activamente los sentimientos de tu hijo, especialmente cualquier enojo o estar a la defensiva inicial.

Tanto tú como tu hijo, tienen que sacar sentimientos, no te precipites para ir al paso 2.

Pídele que modifique, acepta o rechaza el problema que ambos van a tratar de resolver.

Ambos buscan una solución en la cual nadie pierda

Paso dos. Generar todas las soluciones posibles.

- Píde a tu hijo que exprese sus soluciones.
- A toda costa evita ser evaluativo y crítico de las soluciones de tu hijo, usa el escuchar activamente.
- Escribe todas las soluciones para poder revisarlas mas tarde.
- Trata de tener varias soluciones antes de evaluar o discutir cualquiera de ellas
- .Recuerda que están tratando de llegar a la mejor solución, no a cualquier solución.
- Pasa al paso 3 sólo cuando ustedes hayan generado suficientes soluciones factibles o cuando una solución se ve que sobresale de las otras.

Paso tres.- Evaluar las soluciones

- Preguntarse. ¿Hay alguna falla en alguna de las soluciones factibles? ¿Alguna razón por la cual la solución llegue a fallar? ¿Será muy difícil de implementar o llevarla a cabo? ¿Es realmente justa para ambos? (hay que usar la escucha activa, para conocer el sentir de ambos).
- Marca las soluciones que parezcan ser posibles y aceptables.

Paso cuatro.- Decidir la solución que pueda ser mutuamente aceptable.

Se tiene que llegar a un acuerdo mutuo de solución. Comúnmente cuando todos los hechos han sido expuestos, una de las soluciones destaca sobre las demás.

No cometas el error de persuadir o imponer una solución a tu hijo. Si el hijo no escoge libremente la solución que le sea aceptable, hay muchas posibilidades de que no la cumpla.

Escribe la solución, para que posteriormente pueda ser verificada y aclarar malentendidos.

Paso cinco.- Implementar la solución

Dado que una cosa es crear soluciones y otra realizarlas, generalmente es necesario hablar acerca de la implementación. En este paso se define quien y cuando lo van a hacer.

Se realizan las Acciones acordadas para dar solución al problema.

La actitud más constructiva es confiar en que el hijo colaborará para la consecución de la solución, en vez de señalar cuáles serán las consecuencias en caso de que no colabore.

En caso de que fallara en lo acordado. Es necesario confrontarlo con mensajes yo.

Tú y tu hijo pueden hacer sugerencias para recordar el plan.

No caigas en la trampa de recordarle a tu hijo sus tareas asignadas, estar encima y regañarlo, solo produce dependencia y resentimiento, no responsabilidad individual.

Prepárate para mucha confrontación hasta que el hijo capte la idea de que no vas a aceptar que él no cumpla con el trato. En caso de que se presente este problema no dejes que transcurra mucho tiempo.

Paso seis. Evaluar la solución.

Es mejor estar dispuesto a ajustar la solución si aparecen nuevos hechos

Fija una fecha para verificar que la solución está funcionando para ambos, si no, regresen al paso 1 (definición del problema) y 2 (planteamiento de alternativas)

A continuación veremos un ejemplo de la aplicación del método

Ejemplo III

Hilda	Padre
Adiós, me voy a la escuela	Cariño, está lloviendo mucho y no te has puesto tu impermeable.
No lo necesito.	Creo que está lloviendo mucho, y me preocupa (sentimiento) que se eche a perder tu ropa (efecto tangible), o que te vayas a resfriar, eso nos Afectara a todos. <u>(Mensaje yo).</u>
Pero no me quiero poner el impermeable.	Parece ser que definitivamente no quieres ponértelo (Escucha activa).
Así es, lo odio.	Realmente te choca (Escucha activa).
Ajá es de cuadros.	¿Te molesta algo de los impermeables a

	cuadros eh? (<u>Escucha activa</u>).
Si nadie de mi escuela usa impermeables a cuadros.	No quieres ser la única que se pone algo diferente (Escucha activa).
Claro que no, Todos usan impermeables lisos, ya sea azul, verde o blanco.	Ya veo, Bien, creo que tenemos <u>un problema. No quieres usar tu impermeable porque es a cuadros, y yo no puedo aprobar que salgas así y vayas a resfriarte.</u> (definición del problema) ¿Se te ocurre algo que podamos hacer, para que se solucionen las cosas de manera que los dos lo aceptemos? ¿Cómo le podríamos hacer para que los dos quedáramos contentos? (pensar en soluciones posibles)
Posiblemente mamá podría prestarme su abrigo corto.	¿Cómo es? ¿Es liso?
Si es blanco.	¿Crees que te permita usarlo hoy
Le voy a preguntar (regresa a los pocos minutos con el abrigo puesto, las mangas son demasiado largas, pero las enrolla hacia arriba) Mamá dice que esta bien.	¿Estás contenta con esto? (escucha activa).
Claro	Bien estoy seguro de que te mantendrá seca , Por lo tanto , si te satisface esta solución, también yo estoy de acuerdo (paso 4 nos decidimos por la mejor paso 5 y la probamos).
Bueno, hasta luego.	Hasta luego que te vaya bien en la escuela..

B.- Con relación a los conflictos generados por valores, gustos, preferencias que no se comparten. Los padres generalmente asumen la importante responsabilidad de enseñar a sus hijos sus valores, creencias, normas, gustos personales, estilos de vida, que en opinión de ellos es correcto.

A veces las creencias y valores y gustos de los hijos están en conflicto con las creencias, gustos, preferencias o estilo de vida de los padres los cuales quieren imponerse y los hijos defienden sus posturas en asuntos como:

Amigos.	El cabello largo en el hombre.
El tipo de música que prefieren.	El modo de vestir.
Agujarse las orejas.	Ponerse ropa vieja.
El ajustado de los pantalones.	El largo de las faldas etc.
La hija que desea ponerse demasiadas sombras en los ojos.	La joven que se niega a ir a la iglesia
Las calificaciones escolares. etc.	etc.

Estos conflictos afectan la relación ya que los hijos dicen “porque razón vamos a cambiar si no te afecta tangiblemente o concretamente, ni te hacen ningún daño”

Usar los mensajes yo son inútiles ya que los jovencitos luchan por conservar sus derechos. Para que las personas se sientan motivadas a cambiar, deben estar convencidas de que su comportamiento, tiene algún efecto real de privación en la otra persona.

Las habilidades que deben adquirir los padres para poder influir en estas confrontaciones son:

A.- Cambio de valores.

B.-Ser modelo.

C.- Como consejero eficaz

A.- Cambio de valores. Con el cambio de actitudes los padres tienen más posibilidades de dejar de discutir con sus hijos. El hacer esfuerzos por cambiar uno mismo, hace más fácil aceptar al otro y mejoran las relaciones interpersonales.

Ejercicio. En grupo: subraya el enunciado en el que estés de acuerdo

- 1.- Golpear a un niño debe ser castigado.
- 2.- los niños deben decidir si van a misa o no.
- 3.- La marihuana debe ser legalizada.
- 4.- La mujer tiene derecho al aborto.
- 5.- La pena capital debe ser establecida.
- 6.- En un divorcio se deben los hijos ir con la mamá.
- 7.- Los juguetes de guerra deben prohibirse.
- 8.-. Los jóvenes deben usar aretes, una arracada en la nariz.
- 9.- Mi hija decide que se va con su galán.

Compara tus acuerdos con los de tu amigo o familia. Comenten sus diferencias, comenta tu postura, ve si puedes convencer al otro de tu postura y el otro de cambiar la tuya.

B.-Ser modelo. Otro modo de influir en las creencias y valores de los hijos es ser un modelo. Hazlo, predica con el ejemplo. Los hijos adoptan los valores y creencias de las personas que admiran, respetan aman, esas son las personas a las que les gustaría parecerse.

Ejemplo. El padre dice, hijo dile a tu tío que no estoy, o hijo no seas un borracho como yo, etc.

Al aprender las habilidades de este taller (mensajes yo, escucha activa, caricias, estilo disciplinario etc.), los padres estarán haciendo todo lo que está a su alcance para propiciar una relación de respeto y amor recíprocos, y por consiguiente incrementarán las posibilidades de que sus hijos adopten la escala de valores de sus padres.

C.- como consejero eficaz. El padre se prepara con hechos y datos convincentes de importancia para sus hijos, como el fumar marihuana, la

elección de amigos, la forma de vestirse, el gusto por determinado tipo de música.

Hay una serie de reglas básicas:

- a) No trates de cambiar a tu hijo hasta que estés seguro de que está dispuesto a escuchar. Haz una presentación de lo que tienes que ofrecer que podría beneficiar a tu hijo en los problemas que creas que pueda tener.
- b) Llega preparado adecuadamente con hechos, información, datos, lee, reúne datos, organiza tu información etc.
- c) Comparte tu pericia breve y claramente y solo una vez. Y no pelees.
- d) Deja la responsabilidad al hijo para cambiar.

Como consejero comparte: ideas, conocimientos y experiencias.

- Comparte, más que predica.
- Ofrece más que impón.
- Sugiere más que impón.
- Lo anterior lo haces solo una vez. No insistas o reiteres a que se haga como tú creas.

Finalmente contesta el cuestionario que te dará el instructor. Y espera a que se califique en ese momento.

Gracias por participar.

Conclusiones

En los padres:

1. El tomar conciencia del efecto de las barreras de la comunicación les provoca el impulso a cambiar.
2. Al identificar su estilo disciplinario se promueve el deseo del cambio, orientándolo hacia uno democrático con el apoyo de las técnicas del taller.
3. La aplicación de las técnicas se enfrentan con los hábitos de usar las barreras de la comunicación (evaluar, juzgar, criticar dar soluciones, el de sermonear) así como y el de tratar al hijo adolescente como un niño.
4. La relación que encuentran entre su estilo disciplinario con el funcionamiento de su personalidad manifestado en un egograma les refuerza tomar conciencia del cambio que tienen que hacer.
5. La aplicación de las técnicas de confrontación encuentran como obstáculos la costumbre que tienen de exigir, de sermonear o el de ordenar. También se debe a que tradicionalmente no escucharon a su hijo cuando este tenía problemas.
6. Por medio de mensajes yo declarativos, preventivos, de respuesta y positivos se perciben como francos y sinceros.

Conclusiones generales.

Los padres:

1. Los padres reciben como herencia el estilo disciplinario de sus progenitores y estos con frecuencia lo repiten.
2. Las técnicas de este taller encuadran y se orientan a desarrollar un estilo disciplinario democrático o educador. Ya que al modelar la aplicación de las técnicas, los padres muy posiblemente generen un ambiente de confianza, respeto y ternura donde los hijos puedan desarrollarse.
3. La aplicación de las técnicas de aceptación son el antecedente para que el hijo este disponible a las peticiones del padre.
4. El autoconocimiento por medio de un perfil de su personalidad le facilita llevar a cabo acciones de cambio.
5. El identificar que tipo de barreras utilizan en la comunicación y de qué modo le afectan al hijo, les permite tomar conciencia y promueve la necesidad de cambio.
6. Las caricias positivas alimentan la relación con sus hijos y con su pareja, lo cual promueve un ambiente calido.
7. Las técnicas de confrontación da la posibilidad de resolver los problemas de modo calmado y sin ofensas.
8. Para un padre conocer las características de un adolescente les da un nuevo modo de tratarlo.
9. Las técnicas de aceptación facilitan que el hijo se sienta comprendido, aceptado y respetado lo cual le ayuda en su proceso de maduración.
10. Es importante que el padre identifique cuales son los factores de protección y de riesgo que existen en su contexto familiar para mantenerlos o inhibirlos respectivamente.
11. Es necesario establecer que los hijos son personas, con capacidad de decidir, que les podemos ayudar a resolver sus problemas respetándolos como persona y lanzándolos a que los resuelva.
12. En ambientes turbulentos, las funciones de los padres ejercidas con un liderazgo democrático protegen a los hijos contra el consumo de las drogas.
13. Por la dinámica familiar de los padres que asisten al centro de integración juvenil y participan en el taller este se convierte en un complemento al tratamiento.
14. La comprensión y aplicación de las técnicas de aceptación se enfrentan con los hábitos de los padres de usar las barreras de la comunicación (juzgar, criticar, exigir, dar soluciones, sermonear) como el de tratar al hijo adolescente como un niño.
15. En las relaciones armónicas se fortalecen cuando se aplican los mensajes yo positivos, declarativos y de respuesta.

REFERENCIAS.

1. Aberastury y Knobel (2005). *La adolescencia normal*. Editorial, Paidós. México.
2. Bautista L.Y. (2001) *Escuela para mamá y papá. Guía para los padres* Asociación Mexicana de profesionales para la Salud Familiar. (AMPSAF, A.C). México.
3. Berne (1973) *¿Que dice usted después de decir Hola?* Editorial. Grijalbo. Barcelona.
4. Berne 1965) *Análisis Transaccional en Psicoterapia*. Editorial. Psique. Buenos Aires.
5. Callabed. (2004). *Como puedo ayudar a un adolescente*. Editorial. Laertes. Barcelona.
6. Carrillo (2004) *Consumo de drogas ¿Que hacer?* Editorial Trillas. México.
7. Chandezon y Lancestre (2001).*El análisis transaccional*. Ediciones Morata. Madrid.
8. Dusay (1973). *Egogramas y la hipótesis de la constancia*. Editorial IMAT. México.
9. Gervilla (2008). *La familia y educación familiar*. Editorial Narcea. Madrid, España
10. Gobierno Federal.(Sin Fecha) Nueva vida prevención de las adicciones y promoción de conductas saludables.
11. Gordon (1978). *PET en Acción*. Editorial Diana. México.
12. Gordon (1994) *P.E.T. Padre eficaz y técnicamente preparado*. Editorial Diana. México
13. Jongeward Dorothy (1980). *En busca del éxito*. Editorial Limusa. México.
14. Kertesz (1977) *Introducción al Análisis transaccional*. Editorial Paidós. Argentina.
15. Instituto PREKOP Manual del participante (2007). Padres eficaces y técnicamente Preparados. México.
16. Mier y Terán. (1995). *Adolescencia, Riesgo Total*. Ediciones Centenario. México.
17. Montaña L. (2004) *Educando a mis padres*. Editorial Fundación Instituto San Pablo Apóstol. Colombia.
18. Moreno (2005) Niños, adolescentes y Adicciones. Editorial Centro de Integración Juvenil. México.
19. Moreno. (2003) *Las 100 Preguntas más Frecuentes*. Editorial Centros de integración Juvenil. México.
20. Moreno. (2008). *Como proteger a tus hijos contra las drogas*. Editorial Centros de Integración juvenil. México.
21. Muriel (1983) *Autoreparentalización*. Teoría y Proceso. Premios en Memoria a Eric. Berne. 2008. Editorial IMAT. México.
22. Muuss (2004) Teorías de la Adolescencia. Editorial Paidós. México.
23. Nicolson y Ayers (2002) *Problemas de la adolescencia*. Editorial Narcea. Madrid.
24. Noriega (2009) *Principales conceptos teóricos del Análisis Transaccional*. editorial IMAT. México.
25. Pastor E. (1983) *El funcionamiento de la personalidad" en Análisis Transaccional*. Editorial CEAC. Barcelona.

26. Polaino y De las Heras (2001). *Como prevenir el consumo de drogas* Editorial Hacer Familia. Madrid.
27. *Gobierno federal* (S/Fecha) "Nueva Vida *prevención de las adicciones y promoción de conductas saludables. Guía para el Promotor. México.*
28. Rodríguez. (1995) *Escuela para padres una alternativa para mejorar la integración familiar y el desarrollo óptimo.* Biblioteca UNAM. México.
29. Sáez Alonso Rafael (2001). *Los juegos psicológicos según el Análisis transaccional.* Editorial CCS. . Madrid.
30. Santrock. (2004) *Adolescencia.* Editorial Mac Graw Hill. España.
31. Schmill (2004). *Disciplina inteligente.* Editorial Producciones Educación Aplicada. México
32. Senlle (1983). *Análisis transaccional.* Ediciones Ceac. Barcelona
33. Snelle (1983) "*Transacciones entre las personas*" en Análisis Transaccional. Editorial CEAC. Barcelona.
34. Sola. (2002). *Educar sin Maltratar.* Ediciones Puentes de Amor. Barcelona.
35. Steward y Jones (2007) *Análisis Transaccional (AT) Hoy.* Una nueva introducción al Análisis Transaccional. Editorial CCS. Madrid.
36. Vernieri (2006). *Adolescencia y autoestima.* Editorial Bonum. Buenos Aires

ANEXOS:

1. EVALUACION FINAL.
2. CARTAS DESCRIPTIVAS.

ANEXO 1.-

Evaluación Final del taller: Orientación a padres con hijos adolescentes que presentan adicciones.

Nombre del Participante

Fecha.- _____

Instrucciones.

A continuación se te presentan una serie de preguntas. Elige la respuesta que creas que es la correcta, también hay preguntas con diversas alternativas, elige la respuesta más apropiada, y en algunos casos vas a completar con una frase.

1.- Coloca en el espacio en blanco donde corresponda los obstáculos de la comunicación siguientes: ordenar, advertir, consolar e interrogar.

A. ¡Cállate y ve por lo que te dije!	
B. Ves, te lo dije	
C. Cada vez te veo mas casado, pero no te preocupes, vete a dormir	
D. ¿A dónde vas a ir?, ¿Con quién vas a ir? y a ¿qué hora vas a regresar?	

2.- Mencione dos obstáculos de la comunicación que Ud. usa y cómo afecta la relación con su hijo (a).

3.- Si su hijo le dice “me tocó una maestra muy tonta este año” ¿qué le diría?

4.- Anota en el paréntesis el número de la técnica que le corresponda:

- | | |
|--|---------------------------------|
| A. Las respuestas verbales como .Mm , aja , ya veo () | 1. Respuestas de reconocimiento |
| B. Quieres decir algo al respecto, qué interesante. () | 2. Mensaje yo |
| C. No decir nada () | 3. Forma activa de escuchar |
| D. Una manera de ayudarle a su hijo cuando el tiene un problema es escucharlo, () | 4. silencio |
| | 5. Abrepuertas |

5.- Un modo de ayudar a tu hijo es escuchar, comprender y retroalimentar
Cierto () Falso ()

6.- Identifica las técnicas ya sea la forma activa de Escuchar, Mensaje yo confrontativo o mensaje yo positivo en las situaciones siguientes:

Cuando acabas de comer y no levantas tu plato, me siento molesta, ya que después lo levantaré, y ya me cansé.	
Oye mamá no pude acreditar matemáticas y química	
Mi chica me dejó,	
La mamá dice: "Me siento muy contenta cuando me abrazas"	

7.- Si a Ud. le molesta y le afecta el comportamiento de su hijo qué herramienta usaría.

- A.- La Escucha Activa ()
- B.- Mensaje yo ()
- C.- Ninguna de las dos anteriores ()

8.- Cual es el método que usó tu papa, para manejar o resolver un conflicto.

- Método I autoritarismo ()
- Método II permisivo ()
- Método III Nadie Pierde ()

9.- Si tu hijo quiere ir al cine con su novia y tu quieres que te acompañe al teatro con la familia ¿Qué método se usa para manejar un conflicto en que el padre y al hijo se beneficien? _____

10.- Un choque de valores se refiere al conflicto que tiene el padre con el hijo cuando sus conductas:

- A.- No tienen un efecto tangible en el padre ()
- B.- Tienen un efecto tangible en el padre ()

11.- Escribe uno de los beneficios que obtienes si usas este mensaje yo:
"Me molesta que después de bañarte dejes la ropa tirada y no la coloques en el cesto de ropa, por lo cual tu mamá y yo lo hacemos.

12.-Escribe uno de los beneficios que obtienes si usas esta escucha activa:
Papá.- Me parece hijo que estás triste porque ya no juega contigo tu amigo
Hijo.- Así es, solo quiere jugar con Pedro, con sus juguetes.
Papá.- Crees que si no tuviera juguetes Pedro tu amigo jugaría contigo
Hijo.- Si papá, mi amigo es un interesado, y ahora ya me cae gordo.

Papá.- ¿Estás enojado con tu amigo y crees que es un interesado?:

13.- Modelar, ser consejero, y el cambio de actitudes son medios para manejar el choque de valores

Cierto () Falso ()

14.- Cuando un padre le dice a su hijo "Dile al abonoero que no estoy" está modelando

La honestidad ()

La responsabilidad ()

La mentira ()

15.- Definir el problema, proponer alternativas y elegir la alternativa mas pertinente o conveniente, son tres de las etapas del método, Nadie pierde, para resolver el conflicto.

Cierto () falso ()

16.- Guardar silencio, escuchar, y comprender, es un modo de ayudar a nuestros hijos.

Cierto () Falso ()

17.- Cuando una conducta de mi hijo me molesta y tengo que invertir tiempo; un modo de decírselo es:

A.- Decirle que se vaya a otra parte ()

B.- Ser tolerante y no decir nada ()

C.- Enviar un mensaje yo ()

18.- Un ejemplo de un mensaje yo positivo es decirle a mi hijo: Me siento feliz cuando tomas tus medicinas y tú salud se va recuperando.

Cierto () Falso ()

19.- Si yo voy a tener una reunión y necesito la colaboración de mi familia, un modo de pedirles su apoyo es mediante

Mensaje yo declarativo () Mensaje yo preventivo ()

Mensaje yo positivo () Mensaje yo de respuesta ()

20.- Un ejemplo de un mensaje yo es: Cuando dejas los platos que acabas de usar en la mesa y no los lavas, me siento irritada, ya que las moscas se paran en las sobras y me siento obligada a levantarlos y lavarlos, por lo cual no puedo hacer otras cosas que tenía planeado realizar.

Cierto () Falso ()

21.- Mi estilo disciplinario es:

A.- Autoritario ()

B.- Permisivo ()

C.- Asertivo o Educativo ()

22.- El estilo disciplinario que me permite hacer crecer y madurar a mis hijos es:

A.- Autoritario ()

B.- Permisivo ()

C.- Asertivo o Educativo ()

23.- Subraya cuál de las caricias es incondicional

Te quiero	Te admiro	Haces una comida riquísima
Cuando te peinas te ves guapa	Eres un tonto	

24.- Los enunciados siguientes son manifestaciones de algún estado del yo. Anota en el paréntesis el estado del yo que le corresponde considerando los estados del yo del lado derecho

- | | | |
|--|-----|--|
| 1. Exigir, ordenar, poner límites a sus empleados | () | |
| 2. Lo que necesites te apoyo | () | |
| 3. Cada vez, lo haces mejor | () | |
| 4. Pareces un darketo, holgazán | () | |
| 5. De las alternativas, creo que la mejor es | () | |
| 6. Está padrísima | () | |
| 7. Como tu digas | () | |
| 8. Si tu me dices, lo voy a hacer | () | |
| 9. No, no quiero | () | |
| 10. Todo el tiempo tengo que repetirlo | () | |
| 11. No sé si pueda, déjame considerar mis pendientes | () | |
| 12. Qué tipo de amigos tienes, parecen alcohólicos | () | |
| 13. Dile a él, a mi siempre me mandas | () | |
| 14. Pégale, pégale, no te dejes. | () | |
| 15. Deja que lo piense, hay que analizarlo | () | |
| 16. ¿Por qué, y cuando te sucedió? | () | |
| 17. ¡wow está padrísima! | () | |
| 18. Es mío, es mío, no te lo presto | () | |
| 19. ¿Voy por el pan mamá? | () | |
| 20. Déjame hacerlo por ti | () | |
| 21. ¿Yo quiero! | () | |
| 22. Con voz pausada dice el papá: "Mañana nos levantamos a las 6. am." | () | |
| 23. Te quiero | () | |
| 24. Me parece que puede ser útil | () | |
| 25. considerando su resistencia | () | |

Padre nutricional positivo (PN+)
 Padre Controlador positivo. (PC+)
 Padre controlador negativo (PC-)
 Padre Nutricional negativo (PN-)
 Adulto (A)
 Niño adaptado (NA+)
 Niño libre (N-)
 Niño Libre positivo (NL+)
 Niño Libre negativo (NL-)

25.-En las siguientes situaciones coloca en el paréntesis que transacción se está efectuando. a.- Transacción complementaria, b.-transacción cruzada

Situación A.- ()

Papa.- Buenos días hijo

Hijo.- Buenos días papá

Situación B.- ()

El hijo ¿A dónde vamos a ir el fin de semana papá?

El papá responde.- A donde no des lata.

26.- La transacción con un mensaje oculto se le denomina transacción ulterior

Cierto () Falso ()

ANEXO 2.- CARTAS DESCRIPTIVAS.

Carta descriptiva

Objetivo específico 1.-Definirán sus expectativas y adquirirán un compromiso de cambio con base en un ambiente de confianza que promueva el aprendizaje						
Sesión uno. Formación de la comunidad de aprendizaje						
SESION/ actividad	PROCEDIMIENTO		MATERIALES (Medios didácticos)	Técnica Didáctica	TIEMPO	FORMA DE EVALUACION
	Instructor	Participante				
Presentación del curso	Explica la importancia del taller y proporciona un panorama del mismo . Para lo cual proyecta los objetivos y contenidos, e informa la duración y entrega el manual		Manual del participante	expositiva	30 min.	
Presentación del instructor	Hace su presentación, proporcionando los siguientes datos: nombre, estado civil, un. De hijos , estudios que tienen. Da a conocer sus intereses o cosas que le gusten. Solicita a los asistentes que anoten su nombre en un personalizador	Anotan su nombre en un personalizador	Hojas blancas	demostrativa	30 min.	Presentación con los datos: nombre, num. De hijos, edo. civil. Estudios e intereses

1

Carta descriptiva

Objetivo específico 1.-Definirán sus expectativas y adquirirán un compromiso de cambio con base en un ambiente de confianza que promueva el aprendizaje						
Sesión uno. Formación de la comunidad de aprendizaje						
SESION/ actividad	PROCEDIMIENTO		MATERIALES (Medios didácticos)	Técnica Didáctica	TIEMPO	FORMA DE EVALUACION
	Instructor	Participante				
Presentación de los participantes	Solicita que elijan a una pareja y se presenten considerando: nombre, edad, escolaridad, estado civil, numero de hijos. A cada pareja que solicita que se presenten ante el grupo en forma cruzada. A cada pareja le solicita conduzca a su compañero por el aula o sus alrededores del evento. Cada uno lo hará con los ojos vendados, analiza la dinámica para que concluyan que la confianza es pilar en las relaciones. Le pide a los participantes que respondan a las preguntas: ¿Qué espero del evento en que participa?, ¿Porqué estoy aquí?. Se involucra en el proceso y toma notas.		Pizarrón o rotafolio.	En pareja.	10 min.	
expectativas		Hace la presentación de su pareja. Cada uno con los ojos vendados, andará por donde lo conduzcan. Contesta a las preguntas	Klenex y Manual del participante	En parejas	40 min.	Hoja de expectativas

2

Carta descriptiva

Objetivo específico						
1.- Definirán sus expectativas y adquirirán un compromiso de cambio con base en un ambiente de confianza que promueva el aprendizaje						
Sesión uno. Formación de la comunidad de aprendizaje						
SESION/ actividad	PROCEDIMIENTO		MATERIALES (Medios didácticos)	Técnica Didáctica	TIEMPO	FORMA DE EVALUACION
	Instructor	Participante				
Contrato de cambio	Solicita a cada pareja defina cuales son sus compromisos de cambio y los anota	Menciona los cambios que espera lograr	Rotafolio y manual del participante		30 min.	Contrato de cambio
Cierre de la sesión	Informa que tema se verá en la próxima sesión y pregunta que se llevan de esta sesión.	Expresan sus comentarios			5 min.	

3

Objetivo específico.

1. Definirán sus expectativas y adquirirán un compromiso de cambio con base en un ambiente de confianza que promueva el aprendizaje

Descripción de la sesión 1

- Se inicia explicando la importancia de orientar a los padres en la educación de los hijos.
- El instructor anota en un personalizador su nombre y les muestra como hacer el suyo.
- Se informa, número de sesiones y duración de las mismas.
- Se proyectan los objetivos y contenidos del taller o los presenta en hojas de rotafolio.
- Se hace énfasis en el método participativo, para lograr los objetivos establecidos.
- Se entrega el manual al participante.
- Los participantes se presentaran ante el grupo, facilitando los siguientes datos: nombre, estado civil, diversiones y pasatiempos preferidos y cuántos son de su familia.
- Se solicita elijan a un compañero y se presenten ante él con los mismos datos que el instructor proporcionó.
- Ante el grupo cada pareja presenta a su compañero elegido como si fuera él (presentación cruzada).
- Después uno de los integrantes de cada pareja deambula por el salón con los ojos cerrados. A continuación se invierten los papeles y se hace lo mismo.
- Se les pregunta cómo se sintieron y cuáles serian sus comentarios sobre la dinámica, procurando que concluyan sobre la importancia de la

confianza en el desarrollo de cualquier tarea y sobre todo en el contexto familiar.

- Se les pregunta a los participantes qué esperan del taller y cuál sería su compromiso de cambio.
- Se les pide que anoten en su manual, sus expectativas y su contrato de cambio.
- Finalmente se les informa el tema que se verá la próxima sesión y se les pregunta qué se llevan de esta sesión.

Carta descriptiva

Objetivo específico 2.- Identificarán las barreras de comunicación que utilizan y sus efectos en la relación con sus hijos.						
Sesión dos . Barreras de la comunicación						
SESION/ actividad	PROCEDIMIENTO		MATERIALES (Medios didácticos)	Técnica Didáctica	TIEMPO	FORMA DE EVALUACION
	Instructor	Participante				
Identificar barreras	Aplica el ejercicio de obstáculos de la comunicación.	Contesta cada uno de los ejercicios.	Manual del participante.	Expositiva.	60 min.	Ejercicio contestado
	Solicita y supervisa al participante que clasifique sus respuestas.	El participante clasifica sus respuestas.	Manual del participante.	Expositiva y demostrativa.	30 min.	Respuestas clasificadas
	Confirma la clasificación y enfatiza el modo que afecta o impacta a su hijo. Hace que trabajen en parejas y compartan sus respuestas y obtengan conclusiones	Elijen compañero, comparten y obtienen conclusiones.	Acetatos de obstáculos de la comunicación o cañón. Hojas blancas.		20 min.	Cada participante obtiene conclusiones

4

Carta descriptiva

Objetivo específico 2.- Identificarán las barreras de comunicación que utilizan y sus efectos en la relación con sus hijos.						
Sesión dos . Barreras de la comunicación						
SESION/ actividad	PROCEDIMIENTO		MATERIALES (Medios didácticos)	Técnica Didáctica	TIEMPO	FORMA DE EVALUACION
	Instructor	Participante				
Las barreras de la comunicación	Obtiene conclusiones de grupo como: que son habituales, aprendidas y frecuentes		Pizarrón	Plenaria	20 min.	Expresan las barreras que más frecuentemente.
	Refiere al participante a su manual y leen los efectos que provocan las doce barreras de la comunicación.	Lee los efectos que produce.	Manual del participante		20 min.	
	Aplica el ejercicio "experimentar las barreras de la comunicación" y pregunta qué efecto tiene el ellos.	Lee el ejercicio y responde que efecto tiene en él.	Manual del participante		20 min.	
	Informa que tema se verá en la próxima sesión y pregunta que se llevan de esta sesión.	Expresan qué se llevan como experiencia de la sesión.		Expositiva	5 min.	Lo que cada uno expresa como beneficio.

5

Objetivo específico.

2. Identificarán las barreras de comunicación que utilizan y sus efectos en la relación con sus hijos.

Descripción de la sesión 2

- Se aplica el ejercicio “obstáculos de la comunicación” de su manual.
- Se les pide que en parejas cataloguen sus respuestas en cualquiera de las 12 barreras de la comunicación que están en su manual.
- Se verifica que de cada pareja clasifique sus respuestas, procurando que cada persona anote sus respuestas.
- Se revisan en pareja los efectos que provocan las barreras que utilizan.
- Después se hace una reunión plenaria y cada participante proporciona sus conclusiones.
- Se pide que anoten en el rotafolio sus conclusiones del grupo
- Se aplica después el ejercicio “experimentando las 12 barreras de la comunicación”.
- Se les pide que expresen cómo se sintieron cuando experimentaron las barreras de la comunicación
- Se les pregunta qué se llevan de la sesión y se les informa qué se verá la próxima sesión

Carta descriptiva

Objetivo específico		3.- Comprenderán y aplicarán las técnicas de aceptación o de ayuda como la escucha pasiva, respuestas de reconocimiento, de abre puertas y la forma activa de escuchar, cuando el hijo, tiene una dificultad o un problema.				
Sesión 3. el lenguaje de la aceptación y sus técnicas.						
SESION/ actividad	PROCEDIMIENTO		MATERIALES (Medios didácticos)	Técnica Didáctica	TIEMPO	FORMA DE EVALUACION
	Instructor	Participante				
Las técnicas de aceptación.	Se explica en qué consiste el lenguaje de la aceptación (te acepto como eres, como un acto de amor) con el cual realmente se puede ayudar al hijo cuando este tiene un problema.	Lee el manual.	Manual del participante.	Expositiva.	20 min.	
No aceptación	Aplica el ejercicio “qué le diría a su hijo” para que el papá se de cuenta de las barreras de la comunicación que usa de modo habitual al responder	Contesta el Ejercicio.	Manual del participante.	Lectura comentada.	40 min.	

Carta descriptiva

Objetivo específico						
3.- Comprenderán y aplicarán las técnicas de aceptación o de ayuda como la escucha pasiva, respuestas de reconocimiento, de abre puertas y la forma activa de escuchar, cuando el hijo, tiene una dificultad o un problema.						
Sesión 3. el lenguaje de la aceptación y sus técnicas.						
SESION/ actividad	PROCEDIMIENTO		MATERIALES (Medios didácticos)	Técnica Didáctica	TIEMPO	FORMA DE EVALUACION
	Instructor	Participante				
Las técnicas de escucha pasiva, reconocimiento y abre puertas.	En pareja hace qué practiquen cada técnica y la supervisa. Para lo cual hablan de cómo es su familia.	Eligen a uno de los asistentes y practican bajo supervisión, cada técnica.	Manual del participante.	Díadas.	40 min.	Aplica los lineamientos de cada técnica. (escuchar, comprender, retroalimentar; silencio, mmm..., aja, ya veo.)
Técnica forma activa de escuchar (FAE).	Explica el modelo de la comunicación: emisor, mensaje, receptor y retroalimentación y con ello las características de la técnica.	escucha y pregunta si le es necesario.	Proyector o cañón.	Expositiva.	10 min.	
Las cuatro técnicas: silencio, respuestas de reconocimiento abre puertas y forma activa de escuchar	Solicita que se integren las técnicas anteriores con la forma activa de escuchar y las practiquen usando como tema: "cómo es mi esposa (o) o algún familiar cercano".	Practica las técnicas con apoyo de su compañero y el instructor.	Proyector o cañón.	Caso práctico.	30 min.	

7

Carta descriptiva

Objetivo específico						
3.- Comprenderán y aplicarán las técnicas de aceptación o de ayuda como la escucha pasiva, respuestas de reconocimiento, de abre puertas y la forma activa de escuchar, cuando el hijo, tiene una dificultad o un problema.						
Sesión 3. el lenguaje de la aceptación y sus técnicas.						
SESION/ actividad	PROCEDIMIENTO		MATERIALES (Medios didácticos)	Técnica Didáctica	TIEMPO	FORMA DE EVALUACION
	Instructor	Participante				
Técnica forma activa de escuchar.	Solicita que escriban 10 conductas que no aceptan de su hijo (a), o esposo y expresen qué sentimientos les provoca cada una de ellas. Procesa ejercicio. Ayudo (si escucho, comprendo, y confirmo. Y además le permito que resuelva sus problemas).	Escriben las 10 conductas y los sentimientos.	Hojas blancas.		35 min.	Lista de 10 conductas y sentimientos.
Técnica forma activa de escuchar.	Aplica ejercicio de su manual " sentimientos y construcción de respuestas" de su manual.	Contesta ejercicios	Manual del participante.	Lectura comentada y díadas	35 min.	Ejercicio contestado expresando: sentimientos, conductas y efecto tangible

8

Carta descriptiva

Objetivo específico		3.- Comprenderán y aplicarán las técnicas de aceptación o de ayuda como la escucha pasiva, respuestas de reconocimiento, de abre puertas y la forma activa de escuchar, cuando el hijo, tiene una dificultad o un problema.				
Sesión 3. el lenguaje de la aceptación y sus técnicas.						
SESION/ actividad	PROCEDIMIENTO		MATERIALES (Medios didácticos)	Técnica Didáctica	TIEMPO	FORMA DE EVALUACION
	Instructor	Participante				
Técnica forma activa de escuchar (FAE)	Determina a través del grupo la importancia de esta técnica (FAE) Especifica cuales son las actitudes necesarias para utilizar la FAE Informar que tema se verá en la próxima sesión y preguntar qué se llevan de esta sesión y analiza las respuestas	Plantea sus conclusiones. Lee su manual. Expresan que se llevan como experiencia de la sesión.	Manual del participante	Lectura comentada expositiva	20 min. 5. min.	Expresan sus conclusiones y la actitud que se requiere para usar la FAE. Lo que cada uno exprese como beneficio

9

Objetivo específico.

3. Comprenderán y aplicarán las técnicas de aceptación o de ayuda como la escucha pasiva, respuestas de reconocimiento, de abre puertas y la forma activa de escuchar, cuando el hijo, tiene una dificultad o un problema.

Descripción de la sesión 3

- Se explica en qué consiste el lenguaje de la aceptación con el cual realmente se puede ayudar al hijo cuando este tiene un problema.
- Para demostrarlo se pide que conteste el ejercicio “qué le diría a su hijo” para que se de cuenta de su modo habitual de responder.
- Después se proyectan las características de las 3 técnicas del lenguaje de la aceptación: la escucha pasiva (el silencio), las Respuestas de Reconocimiento (R:R), el abrepuertas.
- Se les pide que las memoricen jugando, imitando o repitiendo las características de ellas.
- Para aplicarlas se les pide en parejas que platicuen alternadamente durante 5 minutos sobre su familia, aplicando las técnicas..
- Finalmente se hace énfasis en la importancia de aprender a escuchar.
- Enseguida se explica el modelo de la comunicación y con este modelo las características de la Forma Activa de Escuchar.
- Ahora se les pone a practicar esta técnica, integrando las herramientas anteriores (silencio, las respuestas de reconocimiento y el abrepuertas) para lo cual van ha hablar de su esposo o de un familiar muy cercano.
- Después practican el ejercicio “escucha activa” en parejas o tríos dependiendo del tamaño del grupo.

- Se les solicita que de modo individual y después en pareja contesten en su manual el ejercicio “identificar sentimientos y construcción de una respuesta”.
- Después comparten en pareja sus respuestas y en reunión plenaria se comentan.
- Finalmente se corrige si la respuesta está incorrecta y se les muestra cómo deben construirla.
- En corrillos y después en plenaria se obtienen conclusiones de la técnica. enfatizando las actitudes que se deben adoptar (disposición a escuchar, desear ayudar, aceptar los sentimientos).
- Se les pregunta qué se llevan de la sesión y se les informa qué se verá la próxima sesión.

Carta descriptiva

Objetivo específico 4.- Identificarán su estilo predominante en la educación de sus hijos considerando la matriz de estilos disciplinarios.						
Sesión 4. Estilos disciplinarios						
SESION/ actividad	PROCEDIMIENTO		MATERIALES (Medios didácticos)	Técnica Didáctica	TIEMPO	FORMA DE EVALUACION
	Instructor	Participante				
Péndulo disciplinario.	Explicará como los papás cambian de un estilo disciplinario a otro. En grupo hará que determinen los efectos del pendular.	Actuara cada estilo. En base a la actuación deducirán sus efectos.	Manual del participante.	Rol playing Corrillos.	30 min. 15 min.	Especifican los efectos de cada estilo.
Estilos disciplinarios	Explica la matriz de estilos disciplinarios. Enfatiza los efectos del estilo disciplinario autoritario (alta firmeza y poca benevolencia) Enfatiza los efectos del estilo permisivo (alta benevolencia y baja firmeza)	Actuarán cada estilo disciplinario. Indicará cuál es su estilo disciplinario.	Manual del participante.	Rol playing. Corrillos.	45 min.	Indicará su estilo predominante

Carta descriptiva

Objetivo específico 4.- Identificarán su estilo predominante en la educación de sus hijos considerando la matriz de estilos disciplinarios.						
Sesión 4. Estilos disciplinarios						
SESION/ actividad	PROCEDIMIENTO		MATERIALES (Medios didácticos)	Técnica Didáctica	TIEMPO	FORMA DE EVALUACION
	Instructor	Participante				
Estilo disciplinario Educar.	Se enfatiza los efectos de educar en base a valores, asertivamente como idóneos para hacer crecer. Se vinculan las técnicas mensaje yo, escucha activa y manejo de conflictos cómo recursos para educar en este estilo.	Indican que efectos tiene este estilo . Ve la relación de las técnicas mensaje yo etc, con el estilo disciplinario educar.	Manual del participante hojas blancas	Lectura comentada. Expositiva.	20 min.	Indican que efectos tiene este estilo
Educar en valores	Solicita la relación de reglas que hay en la familia y revisa el procedimiento para clarificar los valores y las reglas que de ellas se derivan. Informar que tema se verá la próxima sesión y preguntar que se llevan de esta sesión y analiza las respuestas.	Escribe las reglas que hay en su familia y define los valores. Expresan que se llevan como experiencia de la sesión.		Corrillo Expositiva	40 min. 5 min.	Lo que cada uno expresa como beneficio

11

Objetivo específico.

4. Identificarán su estilo predominante en la educación de sus hijos considerando la matriz de estilos disciplinarios.

Descripción de la sesión 4

- Con el apoyo del manual se explica la matriz de estilos disciplinarios
- Se resaltan los efectos de cada estilo.
- Se hacen triadas y se les pide que comenten cuál es su estilo que adoptan como padre.
- En reunión plenaria se les pide que digan su estilo y se ven la frecuencia de estilos del grupo.
- Se enfatiza el perfil de educar en base a valores, asertivamente como el idóneo para hacer crecer a sus hijos
- Se vincula las técnicas mensaje yo, y escucha activas y manejo de conflictos y caricias como idóneas para poder educar con este estilo.
- Finalmente se aborda cómo algunos padres alternan entre un estilo y otro, es decir pendulean
- Se hace una lectura comentada de las sugerencias para una disciplina adecuada.
- Se hace la relación con las técnicas mensaje yo y escucha activa con las sugerencias de una disciplina inteligente.
- Se revisa el procedimiento para clarificar los valores prioritarios y las reglas que de ellos se derivan, y se vincula con el estilo disciplinario educador o asertivo.
- Se les pregunta qué se llevan de la sesión y se les informa qué se verá la próxima sesión.

Carta descriptiva

Objetivo específico 5.- Comprenderán la relación entre su estilo disciplinario con el funcionamiento positivo o negativo de su personalidad (Con base en el modelo de la estructura y funcionamiento de la personalidad de Eric Berne)						
Sesión 5 Estilo disciplinario y funcionamiento positivo y negativo de la personalidad						
SESION/ actividad	PROCEDIMIENTO		MATERIALES (Medios didácticos)	Técnica Didáctica	TIEMPO	FORMA DE EVALUACION
	Instructor	Participante				
Estructura de la personalidad.	Preguntará qué es lo que usted recuerda de sus papás. Dos recuerdos de cada uno (papá y mamá). Preguntará dos recuerdos que tengan de niños, ya sean agradables o desagradables. Deriva la estructura de la personalidad en base a los recuerdos y al ejercicio de los "caballos." Menciona cuál es la estructura de la personalidad de acuerdo a Eric Berne, e indicará que vean su manual.	Escribirá lo que recuerde de sus papás y dos experiencias que tengan de niños.	Manual del participante y hojas blancas.	Interrogativa Corrillos	30 min.	Recuerdos expresados.
Estructura funcional.	Menciona que la estructura funcional de la personalidad se manifiesta por medio de claves conductuales tanto positivas como negativas	Revisan su manual y contestan planteamientos. Identifican como se manifiesta su personalidad a través de las conductas.	Manual del participante. Manual del participante.	Lectura comentada Corrillos.	30 min. 30 min.	Claves conductuales con las cuales se identifican.

12

Carta descriptiva

Objetivo específico 5.- Comprenderán la relación entre su estilo disciplinario con el funcionamiento positivo o negativo de su personalidad (Con base en el modelo de la estructura y funcionamiento de la personalidad de Eric Berne)						
Sesión 5 Estilo disciplinario y funcionamiento positivo y negativo de la personalidad.						
SESION/ actividad	PROCEDIMIENTO		MATERIALES (Medios didácticos)	Técnica Didáctica	TIEMPO	FORMA DE EVALUACION
	Instructor	Participante				
Egograma	Describirá el procedimiento para elaborar un egograma, tomando como base el diagrama funcional de los estados del yo positivos y negativo.	Elaborará su egograma conjuntamente con el facilitador y determinará que aspectos quiere cambiar.	Manual del participante. Pizarrón	Demostrativa.	40 min.	Egograma por cada participante. Con acciones de cambio.
Egograma	Comparará los estilos disciplinarios autoritario, permisivo y educador con el funcionamiento positivo y negativo de cada participante. Se hace énfasis en los aspectos positivos de la personalidad.	Comparará su estilo disciplinario con las claves positivas y negativas de los estados del yo.	Manual del participante.		30 min.	Porcentajes de aspectos positivos y negativos de su personalidad funcional.
	Informa que se va a ver la próxima sesión y pregunta qué se llevan de esta sesión.	Expresan qué se llevan como experiencia de la sesión.		Expositiva.	5 min.	Lo que cada uno expresa.

13

Objetivo específico.

5. Comprenderán la relación entre su estilo disciplinario con el funcionamiento positivo o negativo de su personalidad (Con base en el modelo de la estructura y funcionamiento de la personalidad de Eric Berne).

Descripción de la sesión 5

- Se les pide que anoten su estilo disciplinario detectado, ya que lo vincularán con el funcionamiento de su personalidad al término de la sesión.
- Se les comenta que van a ver el tema de la personalidad y para ello van a realizar algunos ejercicios.
- Se les solicita que cada participante diga cómo eran sus papás.
- Y se detectan las características generales de los papás y se anotan en el pizarrón.
- Se solicita a cada participante que comenten cómo eran de niños.
- Y se detectan las características generales de los niños, y se anotan en el pizarrón.
- Después se les pide que realicen el ejercicio de los “caballos”.
- Y en base a la solución que dan se analizan las características generales de la solución del problema.
- Se expone lo que es la personalidad de acuerdo a la teoría de Eric Berne y se vincula con las características generales obtenidas en los ejercicios anteriores.
- Se efectúa una lectura comentada sobre el tema para reafirmar y obtener la opinión de los participantes.
- Se explicará el procedimiento para elaborar su egograma de acuerdo a cómo está descrito en su manual.
- Se pide a cada progenitor que elabore su egograma de acuerdo a dicho procedimiento.
- Se solicita que en tríos o en parejas compartan sus egogramas y lo comenten.
- Se les pide que vinculen su egograma con su perfil disciplinario y vean si coincide o no.
- Se enfatiza la importancia de educar con base en los aspectos positivos de la personalidad usando más el PC+,PN+.
- Se les induce a que cada padre indiquen qué van a hacer en caso de que el PC+, PN+ no lo estén usando con regularidad.
- Se les pregunta qué se llevan de la sesión y se les informa qué se verá la próxima sesión.

Carta descriptiva

Objetivo específico 6.- Identificarán qué tipo de transacciones (relaciones interpersonales) establecen en su contexto familiar						
Sesión seis. Transacciones en el contexto familiar						
SESION/ actividad	PROCEDIMIENTO		MATERIALES (Medios didácticos)	Técnica Didáctica	TIEMPO	FORMA DE EVALUACION
	Instructor	Participante				
Análisis transaccional.	Con base en diagramas topológicos explicará qué parte de su personalidad participa en las transacciones.	Identificará algunas transacciones y qué estado del yo participa en las transacciones.	Pizarrón Manual del participante.	Expositiva. Rol playing.	40 min.	
Transacciones complementarias, cruzadas y ulteriores	Explicará con ejemplos los tipos de transacciones y sus características.	Realizará transacciones y las clasificará	Manual del participante.	Expositiva Rol playing	30 min.	Realización de ejercicios de transacciones
	Preguntará qué tipo de transacciones se dan en su familia.	Describirá cómo es su familia y cómo se relacionan.	Hojas blancas		40 min.	Descripción de las transacciones de su familia.
	Informa que se va a ver en la próxima sesión y pregunta qué se llevan de esta sesión.	Expresarán que se llevan como experiencia de la sesión.			5 min.	Lo que cada uno expresa.

14

Carta descriptiva

Objetivo específico 6.-Identificarán qué tipo de transacciones (relaciones interpersonales) establecen en su contexto familiar						
Sesión seis. Transacciones en el contexto familiar						
SESION/ actividad	PROCEDIMIENTO		MATERIALES (Medios didácticos)	Técnica Didáctica	TIEMPO	FORMA DE EVALUACION
	Instructor	Participante				
Caricias	Define las caricias cómo una unidad de reconocimiento, que puede mostrarse de modo físico o social.	Consulta su manual	Manual del participante.	Diadas.	5 min.	
Dar caricias	Les pide que elijan a un compañero y le digan tres cosas que le agraden de él y se invierte el papel.	Manifiesta tres cosas que le agraden de su compañero			15 min.	Expresión de afectos.
Dar y recibir caricias	Solicita que identifiquen qué tipo de caricias dan y reciben en su casa.	Identifica las caricias de su manual y da ejemplos	Manual del participante.	Lectura comentada	15 min.	Autoelogios.
auto caricias	Se les pide que se den auto caricias, se alaben, reconozcan públicamente sus cualidades.	Expresa al grupo sus éxitos, logros, cualidades			15 min.	

15

Objetivo específico.

6. Identificarán qué tipo de transacciones (relaciones interpersonales) establecen en su contexto familiar

Descripción de la sesión 6

- Se explica el diagrama estructural de la personalidad y con ello el diagrama funcional como base para fundamentar las transacciones.
- Se proyecta el diagrama de la comunicación y se ejemplifica lo que es una transacción.
- Se describe los tres tipos de transacciones utilizando los ejemplos de su manual.
- Se ejercita cada una de las diferentes modalidades de transacciones.
- Se aplican los ejercicios de transacciones complementarias, cruzadas y ulteriores.
- Se solicita que identifiquen que tipo de transacciones usan con más frecuencia en su familia.

Se explica lo que son las caricias y se pregunta ¿qué tipo de caricias reciben con mas frecuencia?, ¿cuáles son las que proporcionan? y ¿cuáles son las que rechazan?

Se les pide que en círculo le den caricias a su compañero de lado derecho.

- Se les explica lo que son las caricias, y se les pregunta qué tipo de caricias recibieron de chicos; y ahora de adultos qué tipo de caricias dan.
- enfatiza la importancia de dar y recibir caricias, como el aceptar o rechazar caricias
- Se les pregunta que se llevan de la sesión y se les informa que se verá la próxima sesión

Carta descriptiva

Objetivo específico 7.- Expresarán de modo auténtico sus sentimientos, así como el efecto tangible que le provoca los comportamientos que no acepta de sus hijos.						
Sesión siete. Mensajes yo.						
SESION/ actividad	PROCEDIMIENTO		MATERIALES (Medios didácticos)	Técnica Didáctica	TIEMPO	FORMA DE EVALUACION
	Instructor	Participante				
Mensajes Yo.	Solicita que escriban 10 conductas que no le agraden de su hijo y 10 sentimientos que le provocan y de qué modo le afectan cada una de esas conductas, ya sea en tiempo, dinero, esfuerzo. Etc.	Escribe las conductas que no le agraden de su hijo, los sentimientos que le provocan y el efecto o impacto que le provocan.	Proyector y manual del participante.	Expositiva	60 min.	Conductas, sentimientos y el impacto de la conducta
Mensajes Yo.	Diferencia entre mensajes tu y mensajes yo, especificando su impacto.	Toma nota.	Proyector	Expositiva	20 min.	
	Aplica el ejercicio "qué le diría" para que el participante aprecie la diferencia entre estos dos mensajes (YO y Tú)	Contesta el cuestionario.		Caso práctico	15 min.	Contesta cuestionario

16

Carta descriptiva

Objetivo específico 7. Expresarán de modo auténtico sus sentimientos, así como el efecto tangible que le provoca los comportamientos que no acepta de sus hijos						
Sesión siete. Mensajes yo,						
SESION/ actividad	PROCEDIMIENTO		MATERIALES (Medios didácticos)	Técnica Didáctica	TIEMPO	FORMA DE EVALUACION
	Instructor	Participante				
Mensaje yo.	Aplicará ejercicio para describir conductas que no impliquen culpa.	Contesta ejercicio.	Cañón y manual del participante	Demostrativa.	20 min.	Ejercicio contestado, conforme a lineamientos.
Mensaje yo.	Supervisa ejercicios de mensaje yo donde describa conductas, sentimientos que le provocan.	Describe conductas y sentimientos.	Ejercicios de mensajes yo		30 min.	
	Informa qué se va a ver en la próxima sesión y pregunta qué se llevan de esta sesión.	Expresan qué se lleva cómo experiencia de la sesión.		Expositiva.	5 min.	Lo que cada uno expresa.

17

Objetivo específico.

7. Expresarán de modo auténtico sus sentimientos, así como el efecto tangible que le provoca los comportamientos que no acepta de sus hijos

Descripción de la sesión 7

- Primero se solicita que describan 10 conductas que les moleste (les irrita o no le agraden) de su hijo (pueden ser de su compañero, amiga etc.)
- Después se les pide que relacionen que sentimientos les provoca esas conductas de su hijo.
- Finalmente se les pide que indiquen de qué modo les afecta esa conducta.
- Se les pide que en base a las conductas que les molesta, indiquen qué respuesta les daría.
- Se concluye qué son mensajes tú, se hace notar que los mensajes Tu, humillan (ya que juzgan, critican culpan, ridiculizan etc.) o dan solución al problema del hijo (orden dirección o mandato etc.)
- Se les pide identifiquen si ellos usan los mensajes tu usan en base a las respuestas que dieron de las conductas que les molesta o irritan de su hijo.
- Se les explica la importancia de los Mensajes Yo, y se describe la técnica.
- Se enfatizan los puntos clave de la técnica. (Describir la conducta, el sentimiento que le provoca y el efecto o impacto que de modo concreto o tangible les causa).
- Se les dice realicen los ejercicios de mensajes yo para que los practiquen.
- Se supervisa cada ejercicio solicitando a cada participante que lo lleve a cabo y se corrige o se le aprueba si se apega a los lineamientos.
- Se les pregunta qué se llevan de la sesión y se les informa qué se verá la próxima sesión.

Carta descriptiva

Objetivo específico 8.- Reforzarán las relaciones armónicas por medio de mensajes y declarativos, positivos, de respuesta, preventivos y caricias como un modo de fortalecer la las relaciones familiares.						
Sesión ocho. Área de no problemas.						
SESION/ actividad	PROCEDIMIENTO		MATERIALES (Medios didácticos)	Técnica Didáctica	TIEMPO	FORMA DE EVALUACION
	Instructor	Participante				
Rectángulo de la conducta.	Ubica en el rectángulo de la conducta las técnicas del área de no problemas.		Manual del participante.	Expositiva.	20 min.	Expresaran o escribirán qué les molesta, les gusta o aprecian.
	Se les dice que son mensajes de auto apertura. En ellos el padre se muestra auténtico. Les pide qué abran su manual.	Abren su manual y leen.	Manual del participante.	Lectura comentada.	15 min.	
Mensaje y declarativo.	Aplicará ejercicio de mensajes y declarativos.	Contestará ejercicio: "yo soy y me molesta, aprecio y me encanta"	Hoja blanca.	Corrillos.	20 min.	

18

Carta descriptiva

Objetivo específico 8.- Reforzarán las relaciones armónicas por medio de mensajes y declarativos, positivos, de respuesta, preventivos y caricias como un modo de fortalecer la las relaciones familiares.						
Sesión ocho. Área de no problemas.						
SESION/ actividad	PROCEDIMIENTO		MATERIALES (Medios didácticos)	Técnica Didáctica	TIEMPO	FORMA DE EVALUACION
	Instructor	Participante				
Mensaje y de respuesta	Aplicará ejercicio del mensaje y de respuesta "pideme algo y te diré que no". Para lo cual numera al grupo del uno al dos. Los nones piden algo y el par se lo niega.	El número uno pide algo y el número dos lo niega diciendo el por qué.	Pizarrón Manual del participante	Lectura comentada	15 min.	Envío del mensaje y con los lineamientos
Mensaje y declarativo.	Aplicará ejercicio de mensaje y preventivo "yo quiero o yo necesito". Se procesa y se ven los beneficios de anticiparse.	Se anticipa a lo que va a necesitar, diciendo, "yo quiero o necesito"	Pizarrón Manual del participante	Lectura comentada	15 min.	Envío del mensaje y con los lineamientos
Mensaje y positivo.	Aplicará ejercicio de mensaje y positivo: conducta que me agrada sentimiento que me provoca y efecto tangible que me provoca.	Expresa conducta que le agrada de su hijo, el sentimiento que le provoca y el efecto o impacto que le provoca.	Pizarrón Manual del participante	Lectura comentada	15 min.	Envío del mensaje y con los lineamientos

19

Objetivo específico.

8. Reforzarán las relaciones armónicas por medio de mensajes yo declarativos, positivos, de respuesta, preventivos y caricias como un modo de fortalecer la las relaciones familiares.

Descripción de la sesión 8

- Inicialmente se les muestra el esquema rectángulo de la conducta y se ubica el área de no problemas.
- Se comenta que en las relaciones de padres e hijos hay momentos libres de problemas o sea que no hay dificultades en la relación. (El padre no se ve afectado por la conducta del hijo, y este satisface sus necesidades).
- Se indica que en esos momentos se pueden utilizar diversas técnicas que permiten, fortalecer esos momentos.
- Se les informa que los mensajes Yo de esta área son una auto apertura, es decir, dicen algo de él (papá), el padre se muestra auténtico y congruente (es decir coincide lo que siente y lo que dice).
- Se divide el grupo en cuatro subgrupos y cada uno va describiendo una de las técnicas.
- Se inicia la lectura comentada de su manual revisando cada una de las técnicas.
- Después se les aplica el ejercicio de la técnica declarativa “Yo Soy...). Se inicia diciendo “yo soy (nombre) y me molesta...;. Yo soy (nombre) y aprecio....; Yo soy (nombre) y creo que...; Yo soy (nombre) y me encanta....
- Se deduce los beneficios de la técnica con el apoyo del grupo.
- Después para ilustrar la técnica Mensaje Yo de Respuesta aplicando el ejercicio “Pídeme Algo y te diré que No”. Para lo cual se solicitan a dos voluntarios. A uno se le dice que le pida algo a su compañero (nota, no sabe que se le va a negar el favor) y al otro va negarlo (tampoco sabe que le van a pedir).
- Se deduce los beneficios a través del grupo.
- Se les explica y describe Mensaje yo Preventivo.
- Se les explica que la técnica mensaje yo preventivo nos permite anticiparnos a algo que vamos a necesitar.

Carta descriptiva

Objetivo específico 9.- Aplicarán la técnica nadie pierde para manejar sus diferencias o conflictos con sus hijos.						
Sesión nueve. Manejo de conflictos.						
SESION/ actividad	PROCEDIMIENTO		MATERIALES (Medios didácticos)	Técnica Didáctica	TIEMPO	FORMA DE EVALUACION
	Instructor	Participante				
Manejo de conflictos.	Preguntará qué es un conflicto y anota las respuestas.	Expresa su opinión	Pizarrón y rotafolio	Interrogativa	20 min.	Identifica qué estilo usa o usaron.
	Aplicará ejercicio de manejo de conflicto método I (autoritario) u método II permisivo y resaltaré los efectos en los sentimientos y conducta de los hijos.	Actúa los métodos.		expositiva Roll playing	20 min.	
	Explicará las características del manejo de conflictos método III "nadie pierde"	Escucha y consulta su manual .	Manual del participante	Lectura comentada.	20 min.	Menciona las etapas.
	Ejercita método III , y destaca la importancia de la escucha activa y del mensaje yo en la definición del problema. Aplica el ejercicio de "la viejita y la joven"	Actúa el método y toma notas	Manual del participante	Roll playing.	30 min.	Define el problema usando la escucha activa y mensaje yo.
		Informa qué percibió	cañón	Discusión de grupo.	30 min	Acuerdo en la percepción.

Carta descriptiva

Objetivo específico 9.- Aplicarán la técnica nadie pierde para manejar sus diferencias o conflictos con sus hijos.						
Sesión nueve. Manejo de conflictos.						
SESION/ actividad	PROCEDIMIENTO		MATERIALES (Medios didácticos)	Técnica Didáctica	TIEMPO	FORMA DE EVALUACION
	Instructor	Participante				
Manejo de conflictos	Resaltará la importancia de la escucha activa y del mensaje yo para ponerse de acuerdo.			Expositiva.	20 min.	
	Invitará a leer el manual en la sección manejo de conflicto.	Lee las etapas del desarrollo del método.	Manual del participante	Lectura comentada.	15 min.	
	Aplicará el ejercicio del coche (papá e hijo quieren el coche y deben ponerse de acuerdo).	Actúa el roll de papá o de hijo		Roll playing.	20 min.	Llegar a acuerdos
	Buscará qué definan el problema y desarrollen cada etapa del método	Ejercita el método aplicando cada etapa.	Manual del participante	Roll playing	25 min	Definir el problema y desarrollen el proceso

Carta descriptiva

Objetivo específico 9.- Aplicarán la técnica nadie pierde para manejar sus diferencias o conflictos con sus hijos.						
Sesión nueve. Manejo de conflictos.						
SESION/ actividad	PROCEDIMIENTO		MATERIALES (Medios didácticos)	Técnica Didáctica	TIEMPO	FORMA DE EVALUACION
	Instructor	Participante				
Choque de valores.	Enfatizará a través de la lectura qué se usa este método cuando la conducta del hijo genera un conflicto pero no le afecta de modo tangible.		Manual del participante	Lectura comentada	20 min	Diferenciar conducta con impacto y sin impacto.
Modelar	Se les pregunta qué moda había en ropa, música y costumbres cuando eran jóvenes. Y confronta con la moda actual de sus hijos	Menciona sus gustos de música, ropa cuando eran jóvenes.	Pizarrón.	Expositiva.	20 min	Que el padre vea al hijo como un ser similar pero diferente a él. No como su propiedad)
consejero	Enfatiza la importancia del modelaje, sobre todo usando las técnicas PET y At Invita a que actúen uno como padre alcohólico y otro como hijo.	Actúan de acuerdo al rol asignado.		Roll playing.		Actuación de los puntos clave de modelaje y conserjería
	Destacará la importancia de qué el padre se prepare con información y la otorgue una sola vez.	Escucha con atención		expositiva		22

Carta descriptiva

Objetivo específico 9.- Aplicarán la técnica nadie pierde para manejar sus diferencias o conflictos con sus hijos.						
Sesión nueve. Manejo de conflictos.						
SESION/ actividad	PROCEDIMIENTO		MATERIALES (Medios didácticos)	Técnica Didáctica	TIEMPO	FORMA DE EVALUACION
	Instructor	Participante				
Cambio de actitud	Aplicará ejercicio "cambio de postura" Se les pregunta en cuáles de los enunciados están de acuerdo y en cuales no. Confrontara posturas antagónicas entre los participantes.	Expresa su postura y la cambia si es convencido.	Manual del participante.	Interrogativa.	30 min.	
	Se les pregunta ¿de quién son los hijos y qué quiero que sea mi hijo? Se procesa procurando que concluyan: son seres con capacidad para decidir su propia vida, diferente al papá.	Expresan sus puntos de vista.	Pizarrón	Interrogativa.	20 min.	Comentarios favorables de individualidad, autonomía e independencia del hijo.
	Se revisan los avances en el cumplimiento de los contratos.	Manifiesta sus avances en el cumplimiento de su contrato.	Contratos.		30 min.	
	Se verifica el logro de los objetivos del taller.	Expresa su opinión.	Cañón		10 min.	
	Se aplica evaluación y se agradece participación	Contesta evaluación.	cuestionario		15 min.	cuestionario
						23

Objetivo específico.

9. Aplicarán la técnica nadie pierde para manejar sus diferencias o conflictos con sus hijos.

Descripción de la sesión 9.

- Se inicia con la pregunta ¿qué es lo que ven en el acetato de la “joven y la viejita?” del libro de los 7 hábitos.
- Después se confrontan las diferencias en la percepción hasta que todos puedan ver las dos caras.
- Finalmente se procesa la dinámica, orientando que concluyan en que pudieron superar sus diferencias, si usan la habilidad de escuchar y del uso del mensaje yo.
- Se les pregunta qué es un conflicto y se anotan sus respuestas en el pizarrón.
- Después se procura que deduzcan en que son posturas antagónicas, confrontación, colisión o una lucha de poder.
- Se proyecta acetato donde se presentan dos tipos de conflictos: el de valores que no se comparten y el de conductas que interfieren en las necesidades del otro.
- Se les pregunta si alguna vez su papá les pegó, qué sintieron y si fue justo o no el que les hayan pegado.
- Después se analiza qué significa el autoritarismo, y se pide que describan como lo vivieron.
- Se les proyecta el acetato el método I o autoritario y se ven sus efectos, lo mismo se hace con el método II o permisivo.
- Finalmente se les pregunta cuál es el método que se usaron mas sus papas, y cuál es el método que ellos usan.
- Se pide dos voluntarios uno va a ser el papá y el otro el hijo. Los dos necesitan el coche en la noche. Se les pide que se pongan de acuerdo.
- Se procesa el ejercicio de tal modo que concluyan en que las diferencias se resuelven si conocen sus necesidades.
- Se les pide que abran su manual en el tema de conflicto método III, nadie pierde.
- Se enfatiza la importancia de definir el problema a través del mensaje yo y la escucha activa. Se destaca que ambas partes del conflicto aporten soluciones, mismas que no deben evaluarse, sino en etapas posteriores.
- Se hace énfasis en que ambas partes aporten soluciones que les satisfagan y no termina el conflicto si no ganan los dos (ambas necesidades quedan satisfechas
- Se hace notar que la técnica solo se aplica cuando la conducta sí afecta de modo tangible al padre.
- Se indica que cuando no afecta esa conducta al padre de modo concreto, se utilice la técnica de choque de valores.
- Se hace lectura comentada sobre el choque de valores en su manual.

- Se piden dos voluntarios: un padre actúa como borracho y otro como mentiroso.
- Después se obtienen conclusiones, enfatizando la importancia de modelar.
- Se pide tres voluntarios: uno actúa como un hijo que fuma y otro bebe, el tercero es el papá el cual debe actuar como consejero (da información, comparte experiencia, sugiere, no avergüenzan ni riñe) deja la responsabilidad en el hijo.
- Se pregunta en dos grupos ¿de quién son los hijos?, ¿Qué quiero que sea mi hijo?, canalizando las respuestas hacia las siguientes conclusiones: el hijo con potencial, como un ser diferente al papá, con capacidad para decidir su propia vida, etc.
- Se revisan los compromisos de cambio y los obstáculos que se les han presentado.
- Se verifica el logro de los objetivos del aprendizaje establecido para el curso.
- Se aplica evaluación y se agradece su participación.