



**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO**

---

---

**FACULTAD DE PSICOLOGÍA**

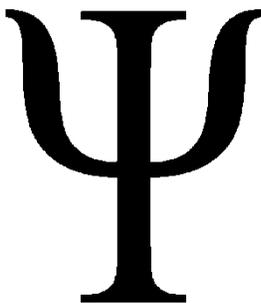
**DIVISIÓN DE UNIVERSIDAD ABIERTA**

**“LA FAMILIA Y LA INDEFENSIÓN EN LA ADOLESCENCIA”**

**TESINA**

**QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE  
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA  
P R E S E N T A :  
NORMA PATRICIA RAMÍREZ HUITRÓN**

DIRECTORA: MTRA. YOLANDA BERNAL ÁLVAREZ  
REVISORA: MTRA. MARGARITA MOLINA AVILÉS  
SINOLADES: MTRO. JORGE ÁLVAREZ MARTÍNEZ  
MTRO. JORGE MOLINA AVILÉS  
LIC. BLANCA E. REGUERO REZA



**MÉXICO, D. F. AGOSTO DE 2014.**



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.

## DEDICATORIA

AL RECUERDO DE VICTOR QUE ME ACOMPAÑÓ EN  
ESTA TRAVESÍA.

A MIS HIJOS: TANIA, TONA Y BENJAS OFREZCO MI  
ESFUERZO Y LES AGRADEZCO POR AGUANTAR TODO  
ESTE PROCESO.

A TODOS AQUELLOS QUE VOLUNTARIA O  
INVOLUNTARIAMENTE AYUDARON A QUE REALIZARA ESTE  
PROYECTO.

## ÍNDICE

DEDICATORIA .....	2
RESUMEN.....	3
INTRODUCCIÓN.....	8
CAPÍTULO 1. FAMILIA .....	11
1.1 La Familia.....	11
1.2 Tipos de Familia.....	12
1.3 Clima Familia .....	13
1.4 Dinámica Familiar .....	13
1.5 La Cohesión Familiar.....	14
1.6 Adaptabilidad Familiar.....	14
1.7 Familias Expuestas a Riesgos .....	15
1.8 Familia-Escuela .....	16
1.9 Transmisión Transgeneracional.....	16
1.10 Estilos de Crianza.....	19
1.11 Estilo Democrático .....	21
1.12 Estilo Permisivo .....	21
1.13 Estilo Autoritario .....	22
1.14 Estilo Negligente.....	23
1.15 Consecuencias de los Diversos Estilos de Crianza.....	25
CAPÍTULO 2. ADOLESCENCIA.....	27
2.1 Antecedentes .....	27
2.2 Definiciones.....	29
2.3 Caracteres Físicos .....	30
2.4 Conflictos en la Adolescencia .....	31
2.5 Nutrición y Trastornos Alimentarios.....	33
2.6 Obesidad .....	33
2.7 Anorexia Nerviosa .....	34
2.8 Bulimia Nerviosa.....	34
2.9 Consumo y Abuso de Sustancias .....	35
2.10 Sexualidad .....	37

2.11 Actividad Sexual .....	38
2.12 Embarazo en la Adolescencia .....	39
2.13 Adolescencia en el Contexto Familiar .....	40
2.14 Desarrollo Neurológico en la Adolescencia .....	43
2.15 Algunas Teorías acerca de la Adolescencia.....	47
CAPÍTULO 3. INDEFENSIÓN .....	58
3.1 Indefensión Aprendida. También llamada Desesperanza Aprendida. ....	58
3.2 Concepto de los Factores de Riesgo y de Protección.....	60
3.3 Teoría Conductista.....	63
3.4 Teoría Social Cognitiva.....	63
3.5 Origen del Estudio de la Desesperanza Aprendida .....	64
3.6 Modelo Teórico de la Indefensión Aprendida y su Aplicación al Comportamiento Humano ...	67
3.7 Dimensiones de la Indefensión Aprendida .....	68
3.8 Síntomas de Depresión y de Indefensión Aprendida.....	70
3.9 Resiliencia.....	71
3.10 Fundamentos Biológicos de la Resiliencia .....	71
CAPÍTULO 4. PROPUESTA DE TALLER “LA FAMILIA Y LA INDEFENSIÓN EN LA ADOLESCENCIA” .....	74
4.1 Objetivos .....	74
4.2 Carta Descriptiva .....	75
ALCANCES Y LIMITACIONES.....	93
Alcances .....	93
Limitaciones .....	93
CONCLUSIONES.....	94
REFERENCIAS.....	96
APÉNDICE 1 .....	100
PREGUNTAS DE REFLEXIÓN.....	100
APÉNDICE 2 .....	101
“EL PATITO FEO” (ADAPTACIÓN).....	101
REFLEXIÓN.....	102
APÉNDICE 3 .....	103
¡NO BASTA! .....	103
APÉNDICE 4 .....	104
EL EXTRAÑO CASO DEL CANGURITO .....	104

APENDICE 5 .....	106
Valoración Objetiva de Estilos de Crianza .....	109
APÉNDICE 6 .....	111
YO TE SEGUIRÉ.....	111
APENDICE 7 La escuela de animales.....	112

## RESUMEN

Debido a que en el seno familiar se adquiere un sentido de identidad personal y se aprenden las creencias, normas de comportamiento y valores, la familia se considera fundamental en el desarrollo adecuado del niño y del adolescente para la adquisición de la autonomía y en términos generales de ajuste psicosocial del individuo.

Por lo tanto el objetivo de este trabajo es identificar los Estilos de Crianza adecuados que fortalecerán el desarrollo integral de los niños para propiciar en el adolescente el desarrollo de una identidad positiva que le permita la autonomía en la vida adulta.

Vigotsky en el año 1927 y Brunner en 1983, ponen énfasis en el rol que juega la interacción adulto-niño en la primera etapa para la construcción de la mente humana. Por lo tanto hay bases científicas de la importancia de las primeras relaciones en la construcción de la inteligencia y de la competencia del ser humano.

De la misma manera es importante conocer los Estilos de crianza inadecuados y las consecuencias negativas de los mismos con la finalidad de evitarlos y corregirlos.

Diversos autores han realizado estudios acerca de los estilos y prácticas de crianza en el desarrollo del niño y el adolescente (Diana Baumrind, Eleanore Maccoby, John A. Martín, Laurence Steinberg, Susie Lamborn, Nancy Darling, Sanford Dornbusch, Judith Smetana, Nina Mounts, Lafosse), entre otros que se utilizarán en este trabajo.

Oliver y Paull (1995 en Aguilar 2003) señalan que los niños y adolescentes en climas parentales desfavorables tendrán como consecuencias episodios de depresión.

Castro y Maya (1982 en Aguilar 2003) describen a los adolescentes que consumen drogas como adolescentes con dificultades en el manejo de la frustración y de emociones que en muchas ocasiones vivieron estilos de crianza inadecuados.

Por otro lado, debido a que la Adolescencia es una etapa del desarrollo humano en la cual se presentan cambios de diversos tipos, se pretende dar algunas herramientas que no permitan que se presente la indefensión ya que en muchas ocasiones viene acompañada con la Depresión.

**Por tal razón se hace la propuesta de un taller para padres en donde identifiquen el estilo de crianza más adecuado y cómo afectan los otros estilos de crianza a sus hijos; de tal manera que se pueda prevenir la indefensión en la adolescencia.**

**Palabras claves: FAMILIA, ESTILOS DE CRIANZA, ADOLESCENCIA E INDEFENSIÓN APRENDIDA.**

## INTRODUCCIÓN

**Estilos de crianza, son comportamientos o actitudes que toman los padres hacia sus hijos y traen consecuencias que pueden ser negativas o positivas, dejando secuelas durante toda la vida. El acto de crianza paterna, es un elemento fundamental para el desarrollo de toda persona.**

**El desarrollo socioafectivo y la socialización en la infancia está relacionado con la participación, la crianza y la estimulación en la familia, como se destaca en los lineamientos de la UNICEF (2004), al resaltar la participación del padre y la familia en la crianza y desarrollo infantil y en la importancia de identificar y optimizar las fortalezas de la familia en la crianza de los niños y niñas.**

**El desarrollo psicosocial en la infancia influirá significativamente en las oportunidades de aprendizaje y sociales que pueda tener en el futuro.**

**Las familias con estilos democráticos o asertivos promueven un adecuado desarrollo socioafectivo. En sus investigaciones Richard de Minzi (2005) encontró que las familias democráticas promueven afrontamientos adaptativos y protectores ante la depresión y la soledad, mientras que las familias autoritarias generan inseguridad, evitación de los problemas, afrontamientos desadaptativos, depresión, además, la soledad está asociada al rechazo y al desinterés de los padres.**

**Con base en esto, es importante identificar los distintos tipos de crianza (Democrático, Permisivo, Autoritario y Negligente) así como las consecuencias que conlleva cada una de ellas en el desempeño de I@s niñ@s y Adolescentes.**

**Por otro lado, la desesperanza aprendida o indefensión como también se conoce provoca desánimo, impotencia y apatía, lo cual de manera constante puede llevar a la depresión.**

**Ante una situación amenazante, la ansiedad es la respuesta inicial; sin embargo, si la persona llega a convencerse de que no puede tener control, la ansiedad queda reemplazada por la depresión y la indefensión (Seligman 1975).**

**Se presenta la indefensión cuando los individuos consideran que no pueden controlar la situación.**

**El estilo de crianza Democrático ayuda a los niños a ser asertivos, críticos, seguros, es decir les da herramientas para enfrentar situaciones difíciles y buscar posibles soluciones.**

**(Antonovsky 1979) señala que el sentido de coherencia es una orientación global que expresa el alcance en el que el individuo tiene un**

sentimiento de confianza dominante, duradero y dinámico, caracterizado por una alta probabilidad de predecir los entornos internos y externos y de que los eventos se desarrollen tan bien como puede razonablemente ser esperado.

Por consiguiente, desde el punto de vista del sentido común, podría considerarse que tener sentido de coherencia implica tener la capacidad de asumir una posición lógica y consecuente para organizar la información recibida y actuar en congruencia con esa posición.

Sin embargo los estilos de crianza Autoritarios, Permisivos y Negligentes; no proporcionan las herramientas adecuadas para afrontar situaciones conflictivas.

“La condición infantil, tanto en términos de la posición familiar, de las condiciones económicas y de las relaciones sociales en la familia, las experiencias de vida y la cultura, son algunos de los factores que influyen y forman el sentido de coherencia” (Antonovsky, 1987, citado en Myrin y Lagerström, 2006).

Tanto el padre como la madre juegan un papel activo en el desarrollo cognitivo y socioemocional de sus hijos por lo cual es importante que desarrollen el estilo de crianza que va a formar Adolescentes seguros, asertivos y responsables para que en la adolescencia tengan los elementos necesarios para llegar a ser adultos exitosos.

Por tal motivo es importante identificar la relación que tienen algunos estilos de crianza con la Indefensión aprendida y aquellos que fortalecen el desempeño de l@s Adolescentes.

Cuando un niño no tiene apoyo en sus casa (padres) le cuesta más trabajo desempeñarse en la escuela, aún cuando trata y se esfuerza no logra alcanzar las metas planteadas, si el maestro en turno no lo apoya o existe rechazo de sus compañeros, esta situación se va acumulando hasta llegar a la Indefensión aprendida en donde ya no quiere intentarlo más y adopta las ideas de fracaso “no puedo” “para que si siempre repruebo” “no entiendo”, etc.

El peor escenario es que esto desencadene en una depresión y sea más difícil ayudarlo. La Resiliencia puede ser una alternativa ante estas situaciones.

( Rutter 1993) define a la Resiliencia como un fenómeno que manifiestan sujetos jóvenes que evolucionan favorablemente, aunque hayan experimentado una forma de estrés que en la población en general se estima que implica un grave riesgo de consecuencias desfavorables.

**La Resiliencia es la capacidad que tienen algunos seres humanos para superar situaciones conflictivas que vivieron en su infancia y lograron superar siendo adultos competentes y responsables.**

**Si los padres de familia conocen los diferentes estilos de crianza, sus características y consecuencias, pueden tener herramientas útiles en su desempeño parental, y poder así proporcionar a sus hijos más fortalezas para afrontar la etapa de la adolescencia.**

**En la mayoría de ocasiones los padres no tienen información acerca los diferentes estilos de crianza y sus consecuencias, así como manejo adecuado para con los adolescentes.**

**Un taller para padres orienta, informa y proporciona algunos elementos que pueden ser útiles en su vida familiar.**

**Con base en todo lo anterior se plantea la propuesta de un taller en el cual se explore la relación que existe entre los distintos estilos de crianza y la Indefensión Aprendida así como las consecuencias negativas que puedan presentarse en la Adolescencia.**

## CAPÍTULO 1. FAMILIA

*¿Cuánto sané? ¿Cuánto verdí? ¿Cuánto de niño aprendí ¿Cuánto de grande loaré? ¿Qué es lo que me ha hecho feliz?. ¿Qué cosa me ha de doler?... Ouisiera vivir la infancia con el ansia de todo, saber pues el saberlo todo con nostalgia es lo aue se fue.  
Pablo Milanés.*

### 1.1 La Familia

La familia es un grupo social caracterizado por residencia común, cooperación económica y reproducción.

Incluye adultos de ambos sexos, dos de los cuales, por lo menos, mantienen relaciones sexuales aprobadas socialmente y uno o más hijos, propios o adoptados, de los adultos que cohabitan sexualmente.

Se considera que la institución familia consiste en las disposiciones de una cultura particular con respecto a la expresión sexual, la reproducción, la crianza de niños y las interrelaciones de grupos de edad, sexo y parentesco.

El término grupo familiar puede ser aplicado cuando se pone el énfasis sobre un agregado de gente considerados como miembros de familia. Un grupo familiar es probablemente más distinguible cuando se juegan roles afectivos en una residencia común (Promudeh, 1998, en Familia y desarrollo humano 2002).

Por otro lado se plantean concepciones que consideran que la gente es biológicamente semejante en todas las sociedades, crecen gradualmente, se emparejan selectivamente, se reproducen y crían niños.

Podemos ver como familia aquellas disposiciones sociales que enlazan entre ellas estas actividades por medio de procedimientos y reglas referidos a un pequeño grupo y relativamente permanente.

Estas hacen énfasis en los procedimientos que regulan las actividades mencionadas haciendo notar un sustento biológico y emocional necesario para la estabilidad de las posiciones madre-padre-hijo (Lafosse, 2002).

Otra definición considera que la familia es un grupo de personas unidas por los lazos del matrimonio, la sangre o la adopción; constituyendo una sola unidad doméstica, interactuando y comunicándose entre ellas en sus roles sociales respectivos de marido y mujer, madre y padre, hijo e hija, hermano y hermana; creando y manteniendo una cultura común (Lafosse, 2002).

Finalmente se afirma que la familia suele ser considerada como un grupo de pertenencia pequeño, de interacción primaria, es decir, cara a cara. Sin embargo se precisa que la caracterización de pequeño grupo, puede ser

acertada para aquellos que comparten la unidad de residencia y, en particular, para las unidades familiares nucleares.

Los límites formales de este grupo están definidos por el matrimonio y el parentesco (Lafosse, 2002).

El análisis de la familia como unidad básica de la sociedad, permite reafirmar el importante papel que cumple ésta en la vida del ser humano y su entorno, ya que forma parte del primer nivel de relación con el mundo y, gracias a ella, la persona forma sus características psicomotoras, intelectuales y socio emocionales.

Esto reafirma el nivel de importancia del sistema familiar, y por ende el de su desempeño interno, en cualquier planteamiento que considere como fin el desarrollo de cualquier comunidad y de la sociedad en su conjunto

Si aceptamos la concepción de sistema familiar, debemos asumir como axioma que los problemas que afectan a un miembro de la familia deben ser entendidos en función de la totalidad de dicho sistema y tratado como un indicador de que existen problemas en éste.

Se desvirtúa que el individuo sea el único elemento afectado por el problema, ya que la familia es concebida como una totalidad constituida por la interacción de las conductas de todos sus miembros y que posee a su vez límites semipermeables que la conectan con su entorno y otros sistemas.

## 1.2 Tipos de Familia

Existen diversas clasificaciones, para los intereses de nuestra investigación mencionamos los siguientes:

**Familia Nuclear.** La cual se refiere a la familia conformada por padres e hijos.

**Familia Uniparental o Monoparental.** Estas se forman tras el fallecimiento de uno de los cónyuges, divorcio, abandono o la decisión de la pareja de no vivir juntos.

**Familia Compuesta.** La forma habitual de este tipo incluye tres generaciones, abuelos, padres e hijos que viven juntos.

**Familia Extensa.** Las familias extensas constan de varias unidades. Además de tres generaciones se agregan otros parientes como tíos, primos, etcétera que viven en el mismo hogar.

**Familias reorganizadas.** Una familia se reestructura por motivo de unión, es decir, matrimonios sucesivos o cohabitación de personas que tuvieron hijos con otras parejas o incluso hijos comunes.

**Familias migrantes:** Aquellas cuyos miembros proceden de otros contextos sociales, generalmente del campo hacia la ciudad.

**Familias Homosexuales:** Están formadas por padres del mismo sexo.

Los agentes de socialización más importantes, por el poder de influencia que tienen sobre el desarrollo general de los niños, son: La familia, la escuela, el grupo de iguales, las instituciones y medios de comunicación de masas.

Aquí vamos a hacer una reflexión sobre ciertos aspectos de la influencia del primer agente de socialización, la familia.

En el seno de la familia, desde que nacemos, nos transmiten los valores básicos de la vida. Desde los primeros balbuceos, ante la respuesta de la persona que nos cuida, aprendemos las normas básicas de la comunicación y así, a través de las rutinas diarias, los juegos, la alimentación, etc.

Aprendemos infinidad de normas, usos, costumbres, lo que, entre otros factores, condiciona cual será nuestro estilo de vida futuro

### 1.3 Clima Familia

Se define el clima familiar como el estado de bienestar resultante de las relaciones que se dan entre los miembros de la misma. Dicho estado refleja el grado de comunicación, cohesión, interacción, siendo esta conflictiva o no así como el nivel de organización con que cuenta la familia y el control que ejercen unos sobre otros (Zavala, 2001 en Lafosse 2002).

### 1.4 Dinámica Familiar

Se suele asumir que los niños se desarrollan bien cuando se crían en el seno de una familia saludable.

Una familia será saludable en la medida que funcione como un sistema abierto, con reglas y roles apropiados a cada situación, donde sus integrantes se comuniquen tolerando las diferencias individuales, lo cual favorece la cohesión y promueve el crecimiento de sus miembros (Huerta, 1999).

Entre los factores que intervienen en la dinámica familiar, consideramos pertinente mencionar tres, en primer término, las relaciones interpersonales favorables entre los miembros de la familia, los cuales impulsan al niño a desarrollar sus tendencias psicológicas al exterior.

En segundo lugar, los estados emocionales de la familia son fundamentales para la comprensión del desarrollo psíquico del niño o adolescente.

Como es sabido, el rechazo o la separación de los padres pueden conducir a trastornos de la personalidad del individuo que han de dejar una huella perenne; por el contrario la seguridad emocional contribuye al equilibrio de la personalidad y al mismo tiempo fomenta su desarrollo integral.

En tercer lugar, los métodos de crianza, los cuales influyen directamente en el psiquismo del menor (Guerra, 1993).

La familia es por tanto, el eje fundamental en la socialización de las nuevas generaciones. Es el agente transmisor de oportunidades y expectativas de vida, de normas, valores y creencias en general, sin ser siempre un adecuado filtro entre contenidos formativos y destructivos.

### **1.5 La Cohesión Familiar**

Es definida como la ligazón emocional que los miembros de una familia tienen entre sí. Se pueden considerar diferentes tipos de cohesión, las cuales van desde la mayor cercanía hasta la total desvinculación de los miembros.

La cohesión familiar puede considerarse problemática no solo al existir un desvinculo emocional, sino también cuando el grado de ligazón es tan cercano que genera entrapamiento en la interacción de sus miembros; es decir, hay un exceso de identificación con la familia, de manera tal que la lealtad hacia ella y el consenso interno impide la individuación de sus miembros.

Los niveles centrales de cohesión corresponden a las familias separadas y conectadas: allí es donde los individuos pueden experimentar la independencia de la familia y la conexión equilibrada con ella (Arellano, 2001).

### **1.6 Adaptabilidad Familiar**

Se la define como la capacidad de un sistema conyugal o familiar de cambiar su estructura de poder, relaciones de roles y reglas de relación en respuesta al estrés situacional o evolutivo.

La adaptabilidad se centra básicamente en la capacidad de cambio del matrimonio y la familia.

Hasta tiempos reciente la importancia del cambio recibió una atención mínima, más bien se insistía en la tendencia a mantener el status quo.

En la actualidad se insiste en el hecho de que la estabilidad y el cambio son igualmente necesarios para los sistemas y que las parejas y familias funcionales se distinguen de las disfuncionales por su capacidad de cambiar cuando corresponde (Arellano, 2001).

### **1.7 Familias Expuestas a Riesgos**

Existen muchas familias afectadas por una serie de dificultades, las cuales ponen en peligro su normal funcionamiento y desarrollo.

Las Naciones Unidas, en el año 1994, propuso el concepto de familias expuestas a riesgos; este involucraba a aquellas familias incapaces de cumplir con las funciones básicas de producción, reproducción y socialización. Estas familias no satisfacen las necesidades de sus miembros en aspectos tales como la salud, nutrición, vivienda, atención física y emocional. Algunos factores de riesgo tienen su origen en la propia familia, entre ellos la violencia doméstica, el abuso sexual, el abandono a los hijos, etc. (Huerta, 1999).

Existe una relación directa entre el comportamiento del niño y el adolescente con su familia, sin embargo el grado de interacción entre las partes se torna cada vez más frágil, afectando con esto su desarrollo personal. Definitivamente las transformaciones que tienen lugar dentro del entorno familiar, combinadas con la influencia del entorno ambiental, la escuela y la televisión tienden a direccionar la capacidad de adaptación de la persona a su entorno (Huerta, 1999).

La familia influye de modo indirecto en muchas ocasiones, sobre las relaciones del niño con sus compañeros: a través del lugar que elige para vivir, sus reacciones ante el comportamiento social del niño, los valores que sostiene en torno al grado de importancia que tienen para el niño estas relaciones, el grado en que cree que debe controlar la vida de los hijos o su concepción sobre cómo cree que deberían estar estructuradas estas amistades, el modelo que los padres aportan cuando interactúan con sus propios amigos, etc. (Rubin y Sloman, 1984).

## 1.8 Familia-Escuela

Existen discontinuidades intrínsecas por las que todos los niños deben pasar (todos los niños al entrar al sistema escolar notarán que las relaciones que se establecen, las estrategias y los recursos comunicativos, los contenidos, la organización, las exigencias, etcétera, son diferentes a las que conocían por su experiencia en el medio familiar).

Sin embargo, para algunos, la experiencia y los aprendizajes realizados dentro de la familia facilitarán la transición, mientras que para otros niños la discontinuidad entre la familia y la escuela será mayor, convirtiéndose a veces en un abismo insalvable que condicionará negativamente su adaptación y éxito en el medio escolar.

Si analizamos las características familiares de los niños que obtienen éxito en la escuela, encontraremos, con bastante probabilidad, algunos puntos en común (Scott-Jones, 1984; Hess y Holloway, 1984 en Musitu, G. 2004).

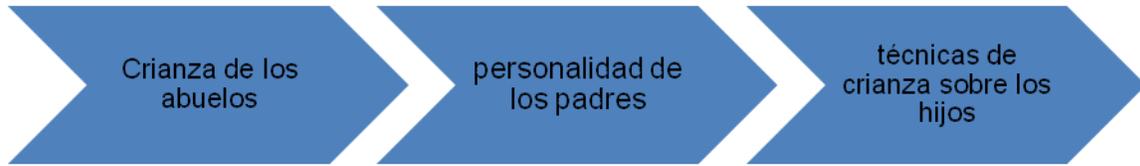
En primer lugar, podemos establecer las diferencias entre unos hogares y otros en función del uso que hacen del lenguaje, los estilos de enseñanza y las prácticas educativas generales. Un segundo aspecto importante en el entorno familiar tiene que ver con las expectativas y atribuciones acerca del logro del niño en la escuela.

Por último, un tercer aspecto importante tiene que ver con características más materiales del entorno familiar: existencia en el hogar de libros de consulta u otros materiales de lectura, juegos que potencian habilidades cognitivas, espacios propios donde el niño pueda llevar a cabo estas u otras actividades, etc.

## 1.9 Transmisión Transgeneracional

Los aspectos relacionados son transmitidos mediante procesos de modelamiento, identificación e incluso, la enseñanza directa de los padres (Willians, Radin y Allegro, 1992 en Otero, H. 2009)

En su estudio transgeneracional (Brooks, Tseng, Whiteman y Cohen 1998 en Otero 2009), encontraron que las técnicas de crianza en una generación son transmitidas a otras generaciones siguientes, ocasionando efectos sobre el grado en que los niños experimentan emociones, valores, conductas, etc. este esquema ilustra lo anterior.



**Lo cual es un componente mediador para la adoptar técnicas de crianza adecuadas o inadecuadas en la personalidad de los padres.**

**Si la crianza tiene impacto sobre la personalidad de las personas cuando fueron niños, los padres recibieron tales influencias que perduran hasta la vida adulta. Si la relación padres-niño se caracterizó por una creencia real percibida en una figura efectiva apropiada, ello repercutirá en muchas características personales, tales como el modo de afrontamiento al estrés o depresión. Bris, M. (2007)**

**Los padres, tienen la gran responsabilidad de generar un clima de buen trato. No obstante todos alguna vez han perdido la paciencia y se les escapa un grito o una nalgada, lamentablemente estamos en una sociedad que valida la violencia como una forma de educación y aun se mantiene creencias como hay que tener los niños “derechitos desde el principio” o “con palabra no entienden”.**

**Sin embargo, hay que distinguir entre las conductas maltratadoras y ser maltratador. Las conductas de un ambiente protector, igual pueden tener un efecto negativo. Pero no dañan ni traumatizan el desarrollo del menor.**

**Es distinto cuando se transforman en algo reiterativo y se inscriben en una dinámica de maltrato. Entonces se habla de un padre o madre maltratador. (Bris, M. 2007)**

**Los niños agredidos física o psicológicamente, viven en un entorno que los hacen creer que merecen ser maltratados, por lo tanto, muchas veces desarrollan conductas inadecuadas, por eso pueden llegar a ser muy desafiantes y violentos.**

**Pero el maltrato adquiere muchas formas y los niños golpeados no son las únicas víctimas, también lo sufren quienes reciben de sus padres frases descalificadoras, los que son ignorados y crecen sin límites (estilo negligente), reglas, ni orientación (Estilo Permisivo).**

**Muchas veces los padres tienden a caer en la trampa de los extremos, son autoritarios y severos o dejan ser, ninguno de estos estilos promueven buen trato.**

En los estilos de crianza rígidos, autoritarios y castigadores, los niños tienen dificultad para desarrollar un buen trato. Por otra parte, el dejar ser absoluto, es decir, una ausencia total de autoridad, genera un caos y provoca un contexto positivo para el maltrato. (Barudy 2005).

La sociedad ha desarrollado una cultura de castigos, en la cual los padres se le considera la máxima autoridad en la familia, con la facultad de normar y sancionar al resto de los miembros, en esta concepción, el castigo transgrede las reglas, además de que la información existente acerca de este problema social no se hace llegar a los programas de ayuda para los padres así, estos a su vez son ignorantes pues carecen de información y orientación. (Cartón y Cortes, 1997).

De acuerdo con múltiples estudios, es muy alto el promedio (85%) de padres agresores que sufrieron maltrato en su infancia Cartón y Cortes, 1997 en Bris, M. 2007).

Además en la mayoría de estos casos, los progenitores no reciben instrucción alguna de la forma de tratar a sus hijos y aunque la recibieran, sin una intervención psicológica adecuada caerían de nuevo en la misma forma de tratarlos, a esto se le llama transmisión intergeneracional, malas experiencias en la niñez, etc.

El maltrato infantil está relacionado con el valor social que se otorga a los niños, las expectativas culturales de su desarrollo y su importancia que se da al cuidado de los niños en las familias o en la sociedad (Saucedo, 1995).

Esto a su vez se relaciona con las pautas o formas de crianza y los mitos, creencias y actitudes que los padres albergan, entre ellos están las creencias acerca de la necesidad de inculcar la disciplina mediante medidas de coerción físicas o verbales inadecuadas.

Desde tiempos inmemorables se ha aplicado la cultura del castigo y el miedo para educar a los menores y así desarrollar “hombres cabales” y de provecho también existe idea de que los hijos son propiedad de los padres.

Atice Miller (1997) psicóloga suiza afirma que la mayor parte de la violencia y el dolor psicológico que se ve en la actualidad, surge de la privación psicológica que experimentan los niños, a esto lo denominó la “pedagogía negra”.

La cual utilizan gran cantidad de los padres para educar a sus hijos inconscientemente, al creer que los ayudan a ser más competentes y autosuficientes; pero al contrario, esto debilita la autoconfianza y la curiosidad del niño, lo ridiculiza por su falta de competencia y suprime la expresión de sus sentimientos.

Solo al romper la transmisión de generación en generación de la pedagogía negra, afirma, los adultos ayudaran a los niños a crecer física y psicológicamente saludables sin tener un efecto negativo.

## 1.10 Estilos de Crianza

Según la Real Academia Española, “*crianza* deriva de *creare* que significa nutrir y alimentar al niño, pero también orientar, instruir, dirigir”.

Si lo llevamos al plano familiar, crianza se refiere a la formación de los hijos por parte de los padres o cualquier otra persona encargada del cuidado del niño, pero también hace referencia a los *conocimientos, actitudes* y creencias que estos padres asumen en relación al niño. En este sentido, la crianza implica tres procesos que ayudarán al niño a su *socialización*:

1. Las pautas de crianza: que se relacionan con las *normas preestablecidas* que siguen los padres frente al comportamiento de sus hijos, las cuales son dadas por la cultura, por lo que tienen un importante significado social.

Es decir es “como los niños deben comportarse”. Es importante señalar que estas pautas no solo son dadas por los padres, son dadas también por la televisión, la escuela y la sociedad.

2. Las prácticas de crianza: son un conjunto de estrategias, acciones encadenadas que *aplicamos* los padres que se van dando en el tiempo.

Estas acciones son aprendidas, ya sea por la propia educación, conocimiento y sus experiencias cuando fueron niños.

3. Las creencias sobre la crianza: hacen referencia al conocimiento que tienen los padres sobre el cómo se debe criar a un niño y estas creencias encausan sus acciones con los hijos.

Entonces, detrás de cada estilo de crianza, hay ciertas creencias sobre el comportamiento de sus hijos y el de ellos mismos.

Por lo tanto los estilos de crianza se refieren a la formación de los hijos por parte de los padres o de otras personas que están encargadas del cuidado de los niños.

Sin embargo no existen escuelas para formar a los padres antes de tener hijos; por lo tanto, los estilos de crianza parten de los conocimientos, actitudes, cultura y creencias que poseen los padres.

Los estudios recientes sobre los estilos parentales derivan en gran parte de algunos de los conceptos expuestos en la investigación de Diana Blumberg Baumrind durante la década de 1970.

En ella, la autora clasifica tres tipos de estilos parentales, investigación, realizada principalmente a través de observaciones directas y por cuestionarios y entrevistas a los padres e hijos.

La clasificación se ha basado en evaluaciones de dos amplias dimensiones de modelos parentales: Control-exigencia (reclamos de los padres hacia el niño sobre la madurez, supervisión y disciplina).

Receptividad (acciones que refuerzan la individualidad, auto-regulación y autoafirmación, al ser sensibles y de apoyo).

Diana Blumberg Baumrind (1971, 1996). En su clasificación de los estilos de crianza, toma dos elementos destacables en la interacción de los padres con los hijos: el grado de afectividad y la posibilidad de control.

Genera así tres modelos:

a) *Permisivo*: En el que los padres son cálidos y no imponen ningún tipo de restricciones. Permiten a los chicos regular sus propias actividades, raramente establecen formas de control directas y alientan a los chicos a desarrollar un conjunto internalizado de perspectivas y normas.

b) *Autoritario*: En el que los padres son fríos y restrictivos. Exigen obediencia, emplean el poder para ejercer la disciplina y alientan a sus hijos a que se atengan a las normas definidas por el mundo exterior.

c) *Firme*: En el que los padres son cálidos, pero imponen restricciones. Más que controlar, dirigen; emplean el poder de forma estratégica, promueven un comportamiento socialmente responsable y alientan a sus hijos a desarrollar sus propias ideas y perspectivas.

Expresiones tales como “rígido”, “estricto”, “autoritario” son comunes en estas descripciones

Más adelante diversos investigadores, en un esfuerzo de sistematizar las distintas formas que los padres tienen, muchas veces sin saberlo, de transmitir estos valores y basándose en la propuesta de Baumrind (1971) han distinguido cuatro tipos de estilos, a saber y que se manejarán en este trabajo.

### **1.11 Estilo Democrático**

**También llamado Autorizativo. Son aquellos padres que se esfuerzan en dirigir las actividades del hijo pero de una manera racional orientada al proceso; estimulan el diálogo verbal y comparten con el hijo el razonamiento que subyace en su política, valoran tanto los atributos expresivos como los instrumentales, las decisiones autónomas y la conformidad disciplinada.**

**En consecuencia, ejercen el control firme en puntos de divergencia, pero utilizan el diálogo. Reconocen sus propios derechos especiales como adultos, pero también los intereses y modos especiales de los hijos.**

**Los padres democráticos afirman las cualidades presentes del hijo, pero también establecen líneas para la conducta futura, recurriendo tanto a la razón como al poder para lograr sus objetivos.**

**Estos padres, junto con los indulgentes, son los mejores comunicadores, tienen una buena disposición para aceptar los argumentos del hijo para retirar una orden o una demanda, argumentan bien, utilizan con más frecuencia la razón que la coerción para obtener la complacencia y fomentan más el diálogo que la imposición para lograr un acuerdo con el hijo.**

**Los hijos de estos hogares se han criado en la obediencia, la autoridad, puesto que cuando sus comportamientos han sido inadecuados los padres han impuesto autoridad para evitar que se repitan (marcando límites); no obstante que sus normas de actuación estén internalizadas porque junto con ese ejercicio de la autoridad paterna han recibido las correspondientes explicaciones y justificaciones, han mantenido un diálogo con sus padres.**

**Su ajuste psicológico, en general, han sido buenos, desarrollando normalmente la autoconfianza y el autocontrol como consecuencia de haber integrado plenamente las normas sociales, lo que permite que su competencia sea máxima.**

### **1.12 Estilo Permisivo**

**Los padres permisivos ceden la mayoría del control a los hijos. Fijan muy pocas reglas, si es que fijan algunas, y las que sí fijan generalmente no se hacen cumplir de manera uniforme. No quieren estar atados a una rutina. Quieren que sus hijos se sientan libres. No establecen límites ni tienen expectativas claras de comportamiento para sus hijos, y tienden a aceptarlos de manera cálida y cariñosa, no importa la conducta de los niños.**

**Los padres permisivos dan a los niños tantas opciones posibles, aún cuando el niño no sea capaz de tomar una buena decisión. Tienden a aceptar el comportamiento del niño, sea bueno o malo, y no hacen ningún**

comentario sobre si le beneficia o no. Quizás se sienten incapaces de cambiar el mal comportamiento, u optan por no involucrarse.

Estos hijos participan del alto grado de aceptación-implicación que los democráticos, reciben un importante feedback positivo de los padres cuando sus actuaciones son correctas pero cuando sus comportamientos se desvían de las normas, sus padres no les imponen sanciones ni les razonan sobre cuáles deben ser sus conductas adecuadas.

Es posible que esta ausencia de coerciones fuertes de los padres, sea el motivo por el que se encuentren especialmente orientados hacia sus iguales hacia las actividades sociales (Lamborn, 1991), de la misma manera que al no haber vivenciado una figura paterna de autoridad como impositiva, copien menos en los valores de tradición y seguridad.

### 1.13 Estilo Autoritario

Los padres autoritarios siempre tratan de estar en control y ejercer control sobre los niños. Estos padres fijan reglas estrictas para tratar de mantener el orden y normalmente lo hacen sin demostrar mucho afecto o cariño al niño.

Tratan de establecer normas de conducta estrictas y generalmente son muy críticos de los niños porque no satisfacen los criterios. Les dicen a los niños lo que deben hacer, tratan de hacerles obedecer y normalmente no les dan opciones para escoger.

Los padres autoritarios no explican por qué quieren que sus hijos hagan las cosas. Si un niño pregunta sobre alguna regla u orden, quizás el padre le conteste, "Porque yo dije". Los padres tienden a concentrarse en el comportamiento negativo, en vez del positivo, y castigan o regañan a los niños, muchas veces severamente, porque éstos no siguen las reglas.

Los hijos de padres autoritarios generalmente no aprenden a pensar por sí mismos ni entienden por qué sus papás exigen cierto comportamiento.

Sufren los efectos de la alta Coerción-imposición, con el problema añadido de que la baja Aceptación-implicación no es lo suficientemente fuerte como para amortiguar sus efectos negativos, por lo que generalmente muestran un mayor resentimiento hacia sus padres y un menor autoconcepto familiar.

Esta combinación tampoco permite que adquieran la suficiente responsabilidad cómo para que puedan obtener unos resultados académicos buenos.

## 1.14 Estilo Negligente

En los hogares en que se tiene este estilo educativo, unas veces los padres son autoritarios, y otras permisivos, dependiendo esto de su estado de ánimo o del azar. No hay normas claras, pero una conducta que en algunas ocasiones se premia, en otras, se castiga.

Este estilo parental se considera inadecuado para satisfacer las necesidades de los hijos, y normalmente son manifiestamente indiferentes a sus hijos.

Bajos límites se refieren a la falta de supervisión, control y cuidado de los hijos. En estas situaciones los padres negligentes permiten a los hijos que se cuiden por sí mismos y que se responsabilicen de sus propias necesidades tanto físicas como psicológicas.

Los padres negligentes, normalmente otorgan demasiada responsabilidad e independencia a sus hijos tanto en los aspectos materiales como en los afectivos. Podríamos decir que estos padres más que enseñar responsabilidades lo que es privar a sus hijos de las necesidades psicológicas fundamentales tales como el afecto, el apoyo y la supervisión.

Los padres negligentes hacen pocas consultas a sus hijos sobre las decisiones internas del hogar y les dan pocas explicaciones de las reglas familiares.

Este estilo cuando es predominante en la familia, puede tener efectos negativos en la conducta de los hijos.

Los hijos educados en un medio negligente son más testarudos, se implican con frecuencia en discusiones, actúan impulsivamente, son también ofensivos, en ocasiones son crueles con las personas, las cosas, mienten y engañan con más facilidad que los hijos educados con los otros estilos parentales.

También son más agresivos y se implican con más frecuencia en actos delictivos; tienen normalmente, más problemas con el alcohol y otras drogas que los otros hijos educados en los tres estilos de crianza anteriores.

Tiene también una pobre orientación escolar. Estos problemas conductuales son mencionados con frecuencia como “Comportamientos hacia afuera”.

Esto describe como el hijo está actuando inadecuadamente hacia otras personas y cosas. Pero los hijos también pueden sufrir interiormente los efectos de este estilo de crianza y “Actúan hacia adentro” debido a su naturaleza invisible, los efectos emocionales y psicológicos en los hijos

pueden ser más devastadores que los efectos visibles del Comportamiento hacia afuera.

Las consecuencias emocionales y mentales invisibles incluyen miedos de abandono, falta de confianza en los otros, pensamientos de suicidio, pobre autoestima, indefensión aprendida, miedos irracionales, ansiedad y pobres habilidades sociales (Huxley, 1999; Steinberg, 1994).

En los estilos de crianza rígidos, autoritarios y castigadores, los niños tienen dificultad para desarrollar un buen trato. Por otra parte, el dejar ser absoluto, es decir, una ausencia total de autoridad, genera un caos y se genera un contexto también positivo para el maltrato.

(Lamborn, y colaboradores, 1994 ) han aportado mayor evidencia de que la percepción negativa dentro del ambiente familiar origina mayores conflictos entre padres e hijos; lo que puede traer como resultado el desajuste escolar, un bajo rendimiento académico e innumerables problemas de conducta, entre los que destacan el consumo frecuente de drogas.

La literatura mexicana, muestra también importantes relaciones entre las prácticas parentales y el desempeño escolar.

(Hernández, 1999) realizó un amplio análisis de los factores familiares, especialmente de las prácticas de crianza, que inciden en disfunciones y desajustes del desarrollo socio-afectivo de los hijos, y a partir del análisis de los factores de riesgo explica diversas propuestas y programas de intervención preventiva aplicada a los padre con base a una extensa bibliografía sobre el tema.

(Vallejo, Aguilar y Valencia 2002) también hace referencia a la influencia de los estilos de crianza en el desempeño escolar, encontrando que el estilo permisivo está asociado con niveles más altos de interés académico y desempeño escolar que el estilo autoritario.

Por otro lado en los resultados obtenidos en las culturas anglosajonas se considera al estilo permisivo como un indicador de una buena relación entre padres e hijos.

Sin embargo en un estudio realizado en una preparatoria pública del Distrito Federal por Aguilar, Valencia y Romero (2003) encontraron que existen efectos significativos entre los estilos de crianza y la competencia académica así como la orientación hacia la escuela.

Los jóvenes con un estilo de crianza autoritario, tuvieron mejor desempeño en medidas de competencia académica y autoconfianza que los de familias negligentes.

## 1.15 Consecuencias de los Diversos Estilos de Crianza

Padres de carácter no conflictivo tal vez opten por el estilo permisivo. No establecen reglas ni administran disciplina. Son “todo amor y comprensión, no obstante los resultados no siempre son buenos. Diversos estudios demuestran que niños con este tipo de crianza son los más propensos a sufrir depresión.

Los niños con padres autoritarios aprenden a no hablar de sus preocupaciones con sus padres y, por ende, son más influenciados por sus amigos sobre todo en la adolescencia. A menudo se sienten frustrados y se rebelan en contra de los valores y las creencias de sus padres (estudio hecho en el Boston Medical Center, 2004).

Hay que destacar que las perspectivas respecto de las prácticas de crianza tienen en cuenta, cada vez más, el cruce de culturas. Por ello, las direcciones de las investigaciones para el siglo XXI, implican ausencia de estándares universales para el trato óptimo hacia el niño.

No obstante, por una parte, se estudia la prevalencia aún de prácticas abusivas y maltrato infantil (Korbin, 1991 en Aguilar y col. 2002) y, por otra, se estudian las actitudes de los padres hacia el uso de la disciplina y reglas en la educación. La tendencia general es dar a los jóvenes adolescentes una amplia gama de libertad de elección y rechazar el uso del castigo físico en niños preescolares (Varming, 1992 en Aguilar y col. 2003).

Resaltar también que las diferencias entre unos padres y otros en prácticas de crianza se encuentran en el marco de un planteamiento ecológico y sistémico del proceso evolutivo, en donde los determinantes culturales, sociales y familiares moldean los contextos concretos en que los niños se desarrollan y se socializan.

Entre las circunstancias que ejercen un efecto moldeador sobre las ideas de los padres y, por tanto, influyen en la configuración del estilo educativo familiar están las experiencias concretas de estimulación y socialización, las limitaciones o posibilidades relacionadas con los hijos, las ideas específicas respecto de sus capacidades, la experiencia previa como padres, la profesión, el nivel educativo, la forma en que los padres recuerdan su propia educación cuando eran niños (Ainsworth y Eichberg, 1991), el bienestar económico (Carter y Middlemiss, 1992) y la personalidad de los padres (Dix, 1991).

Estos cambios afectan evidentemente a las prácticas de crianza que también pueden estar influenciadas por muchos otros factores que desempeñan un papel en cada estilo educativo.

**Cada uno deriva de los objetivos concretos que tengan los padres respecto de la crianza de sus hijos, así como de sus ideas sobre la naturaleza de los niños, el papel adecuado de los padres y la mejor forma de educar a los hijos (Goodnow y Collins, 1990).**

**Es decir, la combinación de influencias, configurada por factores relacionados con la cultura, la religión, la etnia y el género, pueden hacer que los padres utilicen prácticas de crianza distintas.**

**Es importante resaltar la necesidad de enfatizar en la educación familiar, en la validez de las prácticas de crianza positivas y en la prevención de prácticas negativas que impliquen cualquier forma de abuso hacia el niño.**

**Con base en las diversas investigaciones realizadas acerca de los estilos de crianza, es innegable que los estilos de crianza son determinantes en la formación de las personas ya que dependiendo del estilo de crianza en que se haya desarrollado un individuo será su actuar en su vida futura (O'Brien, 1996).**

**Por esta razón es importante manejar buenos tratos en la infancia para afrontar la Adolescencia con entereza y sin tanto conflicto.**

**Desde mi perspectiva se puede decir que el Estilo de Crianza Democrático es el más indicado para los hijos ya que marca límites pero da afecto y seguridad para que tengan los elementos necesarios al actuar y tomar decisiones, sobre todo en la adolescencia que es la etapa con mayores cambios y conflictos a la que se enfrentarán en un futuro cercano.**

**Así mismo nos damos cuenta cómo los otros estilos de crianza lastiman la autoestima de los niños, dejándolos indefensos en la batalla que tendrán que afrontar en su adolescencia.**

**La psicología nos proporciona diversas herramientas que pueden ayudar a manejar estilos de crianza adecuados.**

## **CAPÍTULO 2. ADOLESCENCIA**

*Yo no puedo ser perfecto, tengo miles de defectos, tengo lágrimas, tengo corazón. Si me pides que mejore, mis fracasos, mis errores, dame tiempo para ver si puedo andar.*

### **2.1 Antecedentes**

(Aristóteles siglo IV a. C) argumentó que el aspecto más importante de la adolescencia es la capacidad de elección y que esta autodeterminación se convierte en un sello distintivo de la madurez.

En la Edad Media los niños y los adolescentes se consideraban adultos en miniatura y eran tratados con una disciplina férrea. En el siglo XVIII, el filósofo francés Jean-Jacques Rousseau ofreció una visión más esperanzadora de la adolescencia, restableciendo la creencia de que ser un niño o un adolescente no es lo mismo que ser un adulto.

Al igual que Aristóteles, Rousseau creía que el razonamiento se desarrolla durante la adolescencia; pero las ideas de Rousseau eran especulativas.

Hasta principios del siglo XX no se empezó a estudiar científicamente la Adolescencia.

Los primeros estudios acerca de la adolescencia se remontan a 1904, cuando (Hall 1916) describió a la adolescencia como un periodo que se extiende desde la pubertad, alrededor de los doce o trece años y termina en la edad adulta, entre los 22 y 25 años.

Sostenía que en la adolescencia ocurría un “nuevo nacimiento” y que en esta etapa se producían cambios profundos y notables, con el resultado de una personalidad nueva.

(Elder, 1980) menciona que en América el concepto de adolescencia, parece ser estructurado a finales del siglo pasado. Antes de la revolución industrial, durante los siglos XVI y XVIII, los jóvenes de Estados Unidos y Canadá vivían generalmente con sus padres y no adquirían la independencia adulta hasta que la tierra familiar se dividiera entre los hijos, esto ocurría

cuando los padres estaban dispuestos a renunciar al control sobre las posiciones familiares.

Lo que demoraba el matrimonio hasta que el hombre se hallaba en condiciones de mantener a su esposa, mientras que su vida se hallaba controlada por su padre.

El crecimiento del comercio y la industria durante el siglo XIX, además de la expansión de las oportunidades educativas, hicieron que bajara el número de jóvenes desocupados (Elder, 1980) los adolescentes de un nivel socioeconómico alto asistían a institutos educativos, mientras que los que pertenecían a un nivel socioeconómico bajo deberían de dedicarse a trabajar para contribuir al ingreso familiar.

Probablemente por estas fechas fue que surgió la adolescencia como un estadio del desarrollo.

En el siglo XX se ha prestado mayor atención a la adolescencia, sobre todo a partir de la década de los cincuenta, como consecuencia de dos importantes cambios históricos.

En primer lugar el espectacular incremento de la matrícula escolar, que se dio de 1950 a 1980, según (Elder, 1980) este aumento de asistencia a las escuelas y la creación de institutos de bachillerato elemental provocó un mayor énfasis en la edad (y el curso) durante el periodo de la adolescencia, un cambio en el control de la formación de la juventud –que pasó de la familia a la escuela- y un criterio más claro del inicio de la adolescencia.

El segundo cambio importante fue el crecimiento del número de jóvenes, que siguió a la segunda guerra mundial.

Entre 1960 y 1970 el número de personas de edades comprendidas entre los 14 y los 24 años se incrementó en un 52%, centrando la atención en la forma en que se agrupaban los adolescentes, el activismo político de los estudiantes, los embarazos de las adolescentes y la delincuencia.

Por lo que en los años setenta la atención de los investigadores se centró en los universitarios. Pero fue en la década de los ochenta que surgió un renovado interés por la adolescencia temprana.

A principios del siglo XX psicólogos norteamericanos consideraban a la adolescencia como un periodo tenso y turbulento para los jóvenes de todas las culturas. Sostenido que la adolescencia como concepto de fase del desarrollo humano, comprendido entre la infancia y la edad adulta. La

adolescencia, como ya ha sido definida por muchos autores, es un periodo de transición que supone numerosos cambios biológicos y psicológicos.

Anteriormente la representación social del adolescente, había sido caracterizada por innumerables conflictos, por ser éste un periodo de confusión normativa.

## 2.2 Definiciones

La palabra adolescencia proviene del verbo en latín *adolescere* que significa “crecer” o “crecer hacia la madurez”. La Real Academia de la Lengua nos indica que este vocablo viene del latín y también significa “doler”.

“La adolescencia es mucho más que un peldaño en la escala que sucede a la infancia. Es un periodo de transición constructivo, necesario para el desarrollo del yo” (Hunlock, 1990).

Un enfoque centrado más en los aspectos positivos del desarrollo, presenta a la adolescencia como un periodo de evolución durante el cual el individuo se enfrenta a un amplio rango de demandas, conflictos y oportunidades.

Entendiendo que el adolescente contribuye positivamente a su propio desarrollo y se encuentra implicado en un proceso de negociación con sus padres, con el objeto de lograr el control sobre su propia vida.

Autores como (Grotevant y Coper, 1986), (Montemayor, 1983), (Smetana, 1995), concuerdan en que los conflictos juegan un papel importante en la formación del yo de los adolescentes y en la adquisición de las habilidades sociales.

Considerando a la adolescencia como un periodo de transición definida como un periodo de cambio, crecimiento y desequilibrio, que a modo de puente, comunica dos puntos relativamente estables de la vida, distintos uno del otro.

En este sentido la adolescencia representa la transición entre la inmadurez física, social y sexual de la infancia y la inmadurez física, social y sexual de la edad adulta (Kimmel y Weiner 1998).

Para (Aberastury y Knobel, 1999) la adolescencia es la etapa de la vida durante la cual el individuo busca establecer su identidad adulta, apoyándose en las primeras relaciones objetales-parentales internalizadas y verificando la realidad que el medio social le ofrece, mediante el uso de elementos biofísicos en desarrollo a su disposición y que a su vez tienden a la estabilidad de la personalidad en un plano genital, lo que sólo es posible si se hace el duelo por la identidad.

Es como el puente entre el mundo infantil y el estado adulto de una persona.

(Delval, 1994) indica que desde el enfoque psicosocial la adolescencia se atribuye primordialmente a causas sociales exteriores. De manera que las diversas problemáticas que se viven durante la adolescencia son resultados de las tensiones y presiones que viven de la sociedad.

De acuerdo a la Organización Mundial de la Salud (OMS) (2009) la adolescencia es el periodo comprendido entre los 10 y los 19 años aproximadamente.

La Organización Mundial de la Salud (OMS), define la adolescencia como la etapa que transcurre entre los 11 y 19 años, considerándose dos fases, la adolescencia temprana 12 a 14 años y la adolescencia tardía 15 a 19 años.

En cada una de las etapas se presentan cambios tanto en el aspecto fisiológico (estimulación y funcionamiento de los órganos por hormonas, femeninas y masculinas), cambios estructurales anatómicos y modificación en el perfil psicológico y de la personalidad.

La Pubertad se considera la primera fase de la adolescencia.

### **2.3 Caracteres Físicos**

La pubertad es el periodo de crecimiento físico rápido y de maduración sexual que pone fin a la niñez y marca el comienzo de la adolescencia.

Las fuerzas de la pubertad son consecuencia del aumento de producción hormonal, lo que provoca numerosos cambios corporales.

La pubertad es la primera etapa de la adolescencia, es aquí donde se observan diversos cambios de acuerdo a cada persona.

Los más significativos se presentan entre los 12 y 15 años:

MUJERES	HOMBRES
<ul style="list-style-type: none"> <li>*Inicia la menstruación</li> <li>*Aumento de grasa en las caderas, Las piernas y el busto.</li> <li>*Desarrollo de glándulas mamarias</li> <li>*Distribución de grasa en el cuerpo</li> <li>*Crecimiento de vello en las axilas y pubis.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>*Primeras eyaculaciones</li> <li>*Ensanchamiento de hombros y tórax.</li> <li>*La voz se vuelve más grave</li> <li>*Aumento de estatura</li> <li>*Aumento de vello en axilas y pubis.</li> </ul>

Resumen de las caracteres secundarios.

## 2.4 Conflictos en la Adolescencia

(Jeffrey Arnett 1999, en Musitu, Buelga, Lila y Cava 2001) retoma la adolescencia como un periodo especialmente conflictivo aunque subraya que existen importantes diferencias individuales y culturales.

Además afirma que aunque todos los adolescentes experimentan estrés y tensión, éstos no son los únicos afectados, ya que también afectan de forma directa a las personas que los rodean, centrando la idea en tres aspectos clave:

1) Mayores niveles de conflicto con los padres. 2) Alteraciones del estado de ánimo. 3) Implicación de conductas de riesgo.

1) Conflicto con los padres: Los adolescentes tienden a ser rebeldes y resistirse a la autoridad de los adultos. (Hall, 1996, citado por Jeffrey Arnett en Musitu, Buelga, Lila y Cava 2001) afirmaba que el incremento del conflicto entre padres e hijos en la adolescencia se debía a la incompatibilidad entre la necesidad de independencia del adolescente y el hecho de que los padres ven en ellos únicamente a los niños tratándolos como tales.

Al mismo tiempo de que el número de conflictos diarios entre los padres e hijos adolescentes crece, disminuye la cantidad de tiempo que pasan juntos, así como la percepción de proximidad emocional.

Lo que hace que los padres perciban a la adolescencia como la etapa más difícil del desarrollo de sus hijos. Algunas de las variables más relacionadas con el conflicto paterno-filial son el ánimo depresivo en el adolescente, el consumo de drogas y la maduración temprana de las chicas.

**2) Alteraciones del estado de ánimo:** Los adolescentes tienden a ser más versátiles emocionalmente que los niños o los adultos.

Experimentan estados de ánimo más extremos y cambios de humor más bruscos. También experimentan estados de ánimo depresivos con mayor frecuencia.

Cuando se les pregunta acerca de cómo se sienten en diferentes momentos a lo largo del día, manifiestan más sentimientos de autoconciencia, vergüenza, torpeza, soledad, nerviosismo y sensación de sentirse ignorados.

Al igual que sucede con el conflicto familiar, los adolescentes varían en el grado en que experimentan su cambio de humor.

Algunos de los factores que hacen más probables las alteraciones del estado de ánimo en la adolescencia son: la baja popularidad entre el grupo de iguales, un rendimiento escolar bajo y los problemas familiares como el conflicto parental o el divorcio.

Cuanto más eventos vitales negativos experimenten, más probabilidades tienen de manifestar alteraciones.

**3) Conductas de riesgo:** Los adolescentes en comparación con los niños y adultos, se implican con mayor probabilidad en comportamientos temerarios, ilegales y antisociales, e igualmente, es más probable que causen alteraciones del orden social y que se impliquen en conductas potencialmente perjudiciales para ellos mismos o para la gente que los rodea.

En este sentido Hall señalaba que es normal que todos los adolescentes varones sanos atravesasen un periodo de semicriminalidad. Así la adolescencia y la primera juventud son periodos donde es más elevada la prevalencia de una variedad de conductas de riesgo, por ejemplo, conductas delictivas, consumo de sustancias, conducción temeraria y conducta sexual de riesgo.

A diferencia del conflicto con los padres y las alteraciones del estado de ánimo, los mayores índices de conductas de riesgo se dan en la adolescencia tardía y temprana juventud. Es importante también el reconocer que las diferencias individuales juegan un papel importante.

Lo cual identifica a la adolescencia, dentro de estos tres aspectos, como un periodo crítico al margen por supuesto de las diferencias individuales y culturales.

Los cambios físicos y hormonales, por una parte influyen de forma directa con la imagen que tienen de sí mismos, produciendo un marcado desarrollo cognitivo y, al mismo tiempo es un momento crucial para la consolidación y afirmación de la identidad, de su autonomía o de su integración en su grupo de iguales.

## 2.5 Nutrición y Trastornos Alimentarios

Aunque la mala alimentación es más común en las poblaciones deprimidas o aisladas económicamente, también puede derivarse de la preocupación por la imagen corporal y el control de peso (Vereecken y Maes, 2000). Los trastornos alimentarios –tanto comer en exceso como comer muy poco- son más frecuentes en las sociedades industrializadas, en donde abundan los alimentos y el atractivo se equipara con la esbeltez (APP, 1994; Becker, Grinspoon, Klibanski y Herzog, 1999).

## 2.6 Obesidad

Algunas de las causas de la obesidad como la poca actividad física y malos hábitos alimentarios no los controlan totalmente los adolescentes ya que factores genéticos y de otra índole, que nada tienen que ver con la fuerza de voluntad o con las elecciones de estilo de vida, al parecer hacen que algunas personas sean susceptibles a la obesidad.

Entre estos factores está la regulación deficiente del metabolismo, la incapacidad para reconocer las claves corporales del hambre o la saciedad y el desarrollo de una cantidad anormalmente grande de células grasas.

Los adolescentes obesos suelen volverse adultos obesos y estar sujetos a riesgos físicos, sociales y psicológicos (Gortmaker, Must, Perrin, Sobol y Dietz, 1993).

El exceso de peso en la adolescencia puede conducir a afecciones crónicas que suponen una amenaza para la vida en la edad adulta, aún cuando se pierda el exceso de peso (Must *et al.*, 1992).

La preocupación excesiva por el control de peso y la imagen corporal pueden ser señales de advertencia de anorexia nerviosa o bulimia nerviosa, trastornos que suponen patrones anormales de ingestión de alimentos (Harvard Medical School, 2002). Estos trastornos crónicos afecta a cinco

millones de adolescentes, según se calcula, cada año en los principales grupos étnicos y clase sociales (Becker *et al.*, 1999), en su mayor parte chicas adolescentes y mujeres jóvenes (Andersen, 1995).

## 2.7 Anorexia Nerviosa

También llamada Autoinanición es un trastorno alimentario que puede representar una amenaza para la vida. Puede acompañarse de una irregularidad o cese de la menstruación y crecimiento del vello corporal delgado y rizado.

Las anoréxicas tienen una imagen corporal distorsionada; con frecuencia son buenas estudiantes, pueden ser retraídas o depresivas y se entregan a un comportamiento perfeccionista y repetitivo.

Se calcula que este trastorno afecta al 5% de las adolescentes y mujeres jóvenes y a un porcentaje más reducido, pero creciente, de chicos en los países occidentales (AAP Committee on Adolescence, 2003; Martínez-González *et al.*, 2003).

La anorexia puede deberse a una combinación de factores genéticos y ambientales. Se ha descubierto una variante de un gen que posiblemente dé lugar a una disminución en las señales alimentarias en las pacientes anoréxicas (Vink *et al.*, 2001).

Investigadores en Suecia, Londres y Alemania han descubierto una disminución en el flujo sanguíneo que va a ciertas partes del cerebro en las anoréxicas, incluida una región que controla la autopercepción visual y el apetito (Gordon, Lask, Bryantwaugh, Chrsitien y Timini, 1997).

Algunos psicólogos piensan que la anorexia es una perturbación psicológica relacionada con el temor a crecer o el miedo a la sexualidad o a una familia disfuncional (Eating Disorders Part I, 1997; Garner, 1993).

En la adolescencia, la anorexia también puede ser en parte una reacción a la presión de la sociedad a estar más delgado.

## 2.8 Bulimia Nerviosa

La persona regularmente ingiere enormes cantidades de alimento en un periodo breve, por lo común dos horas o menos y luego trata de deshacerse de la elevada ingestión de calorías induciéndose el vómito, con dietas o

ayunos estrictos, realizando ejercicio excesivamente vigorosos o con laxantes, enemas o diuréticos para purgarse.

Estos episodios suceden, al menos, dos veces a la semana durante por lo menos tres meses (APA, 1994).

A las bulímicas las obsesiona su peso y forma corporal. No se vuelven anormalmente delgadas, sino que sus hábitos alimentarios hacen que se avergüencen, menosprecien y depriman. Tienen una baja autoestima, una imagen corporal de delgadez ideal y un historial de amplias fluctuaciones de peso, dietas o ejercicio frecuente (Kendler *et al.*, 1991).

Se calcula que entre 1 y 3% de las adolescentes y mujeres jóvenes padecen bulimia, cantidad diez veces mayor aproximadamente que la de los varones (APA, American Psychological Association, 1994; Eating Disorders Part I 1997; Kendler *et al.*, 1991).

Al parecer la bulimia se relaciona con niveles bajos de serotonina (Eating Disorders Part I, 1997; Smith, Fairburn y Cowen, 1999).

En una explicación psicoanalítica se considera que las bulímicas utilizan el alimento para satisfacer su deseo de amor y atención (Eating Disorders Part I, 1997; Humphrey, 1986).

## 2.9 Consumo y Abuso de Sustancias

El abuso de sustancias es el consumo dañino de alcohol u otras drogas. Se trata de un patrón de comportamiento adaptativo deficiente, que dura más de un mes, en el cual la persona sigue consumiendo una sustancia a sabiendas de que la perjudica, o la ingiere de manera reiterada en una situación peligrosa, como sería el conducir en estado de intoxicación (APA, American Psychological Association, 1994).

El abuso puede conducir a la dependencia de sustancias (adicción), que puede ser fisiológica o psicológica, o ambas, y la cual es probable que continúe en la edad adulta.

El alcohol, la marihuana y el tabaco son las tres drogas más populares entre los adolescentes. Los jóvenes que fuman o beben, suelen asociarse con pares que los introducen en las drogas más fuertes al crecer.

*El Alcohol* es una droga fuerte que altera la mente y que tiene efectos importantes en el bienestar físico, emocional y social, se trata de un

problema muy serio en muchos países y que empiece más temprano que antes (Gabhainn y Francois, 2000).

En el estudio (Diferencias por Género en el consumo de alcohol en la Ciudad de México, 1999), se consigna que desde 1995, “ha habido entre los adolescentes una clara tendencia a beber la primera copa a edades más tempranas”.

Precisa que en 1995 el consumo comenzaba a los 22 años y para 1999 a los 17 años.

Luego (La Encuesta Nacional de Adicciones de 2001), mostró que esa propensión bajó a los 15 años y la de 2008 identifica los 12 años como edad de inicio en la ingesta de bebidas alcohólicas.

Según (La Encuesta Nacional de Adicciones, 2008) en México el 57% de las mujeres estudiantes de secundaria consumen alcohol, frente al 26% de los varones.

Así mismo, cuando menos 281 adolescentes de 12 a 17 años abusan de la bebida, es decir consumen al menos 5 copas por ocasión. (Tomado de *El Universal* 2008).

*La Marihuana* la prueban los adolescentes por muchas de las mismas razones por las que prueban el alcohol: sienten curiosidad, desean hacer lo que hacen los amigos y quieren ser como los adultos.

La marihuana fumada normalmente contiene más de 400 carcinógenos. El consumo acentuado puede dañar el cerebro, el corazón, los pulmones y el sistema inmunológico, asimismo, ocasiona deficiencias alimentarias, infecciones respiratorias y otros problemas físicos.

El consumo de marihuana también dificulta el recuerdo y el aprendizaje. Puede menguar la motivación, interfiere en el trabajo escolar y otras actividades y ocasiona problemas familiares.

Puede reducir la percepción, el estado alerta, el periodo de atención, el juicio y las habilidades motrices necesarias para conducir un vehículo, por lo tanto contribuye a los accidentes de tránsito (AAP Committee on Drugs, 1980; Farrow, Res y Worthington-Roberts, 1987; National Institute on Drug Abuse [NIDA], 1996, Solowij *et al.*, 2002).

La Organización Mundial de la Salud (OMS) revela cifras preocupantes en México, ya que de 14 millones de fumadores, el 10% tiene menos de 18 años según la encuesta Nacional de Adicciones (ENA) 2008.

Las razones por las que los adolescentes inician el consumo de tabaco son principalmente dos: Curiosidad e Influencia. El 68.8% de los fumadores jóvenes aseguraron haber iniciado su consumo por curiosidad y el 24.1% por influencia de familiares y/o amigos, según la (ENA, 2008).

“Hay niños y adultos jóvenes que con la primera bocanada de cigarro ya se hacen adictos al tabaco, porque las moléculas de nicotina van directamente a los receptores de las neuronas y con eso se establece el ciclo de la tolerancia, adicción y abstinencia a la nicotina. (López Antuñano 2000).

En México el tabaco es considerado por la población en general como menos dañino que otras drogas como la marihuana, cocaína y alcohol.

Sin embargo, su consumo a temprana edad, no sólo produce enfermedades respiratorias, tumores, cáncer y problemas cardiovasculares, sino que aumenta las probabilidades de usar otro tipo de drogas en el futuro.

De los adultos que admiten haber consumido algún tipo de droga ilegal, como la heroína o cocaína, el 17% dijo haber iniciado el consumo de tabaco en la adolescencia.

En una encuesta realizada a 9, 225 adultos, se descubrió una fuerte relación entre consumo temprano y otras experiencias infantiles adversas: abuso emocional, físico o sexual; separación o divorcio de los padres; crecer con una madre golpeadora o algún miembro del hogar que abuse de las sustancias, que sufra una enfermedad mental o que haya sido encarcelado (Anda *et al.*, 1999).

## 2.10 Sexualidad

Percibirse como un ser sexual, reconocer la propia orientación sexual, aceptar la excitación sexual y formar lazos románticos o sexuales, son partes del logro de la identidad sexual.

Esta conciencia apremiante de la sexualidad es un aspecto importante de la formación de la identidad, que influye profundamente en la imagen personal y en las relaciones, aunque este proceso lo rige la biología, su expresión la define en parte la cultura.

**Orientación Sexual:** Aunque está presente en los niños de corta edad, es en la Adolescencia que la orientación sexual de una persona se vuelve un asunto apremiante: si la persona la atraerán sexual, romántica y

afectivamente personas del otro sexo (heterosexuales) o del mismo sexo (homosexuales) o de ambos (bisexuales).

La homosexualidad es común en algunas culturas, como las islas de Oceanía en el Pacífico sur (King, 1996); pero no así en Estados Unidos y otros países occidentales.

En un estudio sobre 38 mil estudiantes estadounidenses de séptimo a duodécimos grados, cerca de 88% se definieron predominantemente como heterosexuales y solo 1% como homosexuales o bisexuales.

Alrededor del 11%, en su mayoría estudiantes muy jóvenes, no estaban seguros de su orientación sexual (Remafedi, Resnick, Blum y Harris, 1992).

Sin embargo, los estigmas sociales pueden sesgar esos autorreportes, hecho que subestima la frecuencia de la homosexualidad y la bisexualidad.

En décadas pasadas se consideraba que la homosexualidad era un enfermedad mental; luego de varios años de investigación no se ha descubierto que haya una asociación entre orientación sexual y problemas emocionales o sociales (American Psychological Association) (APA) sin fecha: Patterson, 1992, 1995a, 1995b) Estos hallazgos hicieron que la psiquiatría finalmente dejara de clasificar a la homosexualidad como un trastorno mental.

## 2.11 Actividad Sexual

Internacionalmente hay amplias variaciones en cuanto al periodo de iniciación sexual. El porcentaje de mujeres que informan que tuvieron relaciones sexuales por primera vez a los 17 años es diez veces mayor en Mali (72 %) que en Tailandia (7 %) o Filipinas (6%).

Existen diferencias similares en los varones, aunque la iniciación temprana en los hombres es la norma en casi todas las culturas, en Malí y Ghana son más mujeres que hombres las que inician su actividad sexual a edad temprana (Singh *et al.*, 2000).

A mediados de los años 50s, una de cada cuatro chicas tenía experiencia sexual a los 18 años. En la actualidad, más de la mitad de las chicas y los chicos (65 y 68% respectivamente) han tenido relaciones sexuales a esa edad. (Committee on Adolescence, 1999; Singh, Wulf, Samara y Cuca, 2000).

No obstante, aproximadamente uno de cada cinco jóvenes no tiene relaciones sexuales durante la adolescencia (Committee on Adolescence, 1999).

### ***Riesgos Sexuales***

Dos motivos de preocupación importantes sobre la actividad sexual son los riesgos de contraer enfermedades de transmisión sexual y de embarazarse.

Quienes están en mayor peligro son los jóvenes que inician sus actividades sexuales a edad temprana, quienes tienen varias parejas; quienes no emplean anticonceptivos y quienes poseen información inadecuada sobre la sexualidad.

Entre los factores de riesgo se haya vivir en comunidades con desventajas económicas, el consumo de sustancias, el comportamiento antisocial y la asociación con pares que se apartan de las normas.

La supervisión por parte de los padres antes y durante la adolescencia puede ayudar a reducir estos riesgos (Baumer y South, 2001; Capaldi, Stoolmiller, Clark y Owen, 2002; Longmore, Manning y Giordano, 2001).

Los jóvenes que se comprometen y tienen un buen aprovechamiento en la escuela, y cultivan habilidades sociales positivas durante la primaria, tiene menos probabilidades de asumir riesgos sexuales (Lonczad, Abbott, Hawkins, Kosterman y Catalano, 2002).

## **2.12 Embarazo en la Adolescencia**

México ocupa el primer lugar entre los países de La Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico (OCDE) por embarazos en adolescentes y jóvenes entre 15 y 19 años

Actualmente México tiene la tasa de natalidad más alta en adolescentes y jóvenes de 15 a 19 años 64.2 por cada mil nacimientos mientras que Suiza tiene la más baja con 4.3 señala la ONU (informe publicado en El Universal 24 de diciembre de 2013).

Los embarazos entre adolescentes con frecuencia tienen consecuencias negativas.

Muchas de estas madres tienen problemas económicos, educativos, familiares, reciben una atención inadecuada o nula de los padres por lo que

sus bebés tienen probabilidades de ser prematuros o peligrosamente pequeños y se hallan en un riesgo elevado de muerte neonatal, discapacidad, problemas de salud y anomalías del desarrollo que pueden continuar en la adolescencia (AAP Committee on Adolescence, 1999; AAP Committee Adolescence and Committee on Early Childhood, Adoption and Dependent Care, 2001; AGE 1999<sup>a</sup>; Children's Defense Fund, 1998).

Además de los problemas que pueden presentarse en los bebés, la madre adolescente se enfrenta a una responsabilidad para la cual no está preparada.

Es probable que las madres adolescentes abandonen la escuela y tengan embarazos frecuentes. Tanto ellas como sus parejas probablemente carezcan de la madurez, las habilidades y el apoyo social para ser buenos padres.

Sus hijos a su vez, probablemente abandonen la escuela, sufran depresión, se metan en problemas legales y sean también padres adolescentes.

Con base en lo anterior no es recomendable ser padres adolescentes, ya que además de todos los cambios físicos y emocionales a los que se presentan en esta etapa de su vida, tienen que ser responsables de su hijo; tarea que es difícil de realizar.

### **2.13 Adolescencia en el Contexto Familiar**

Recientes investigaciones (Dombusch, Ritter, Leiderman, Roberts, y Fraleigh, 1987; Lambon, Mounts, Steiberg y Dornbusch, 1994 citado en Musitu 2001) encaminadas al estudio de la adolescencia han reflejado un claro interés por el análisis del desarrollo físico, cognitivo y emocional del adolescente dentro de su contexto social y familiar. Siendo el contexto familiar uno de los aspectos que fijan más el rumbo de las investigaciones debido al impacto que aún en la sociedad contemporánea sigue teniendo en la vida económica, social y afectiva de los mismos.

Musitu y col. (2001) afirman que la imagen o concepto que en la actualidad se tiene de la familia en las sociedades occidentales no tiene nada que ver con lo que se entendía por familia hace algunos años.

En muchos aspectos, el contexto familiar de los adolescentes de hoy en día es completamente diferente al que tenían sus propios padres y abuelos, poniendo de manifiesto que todas las transformaciones traen como

consecuencia un nuevo modelo social con un nuevo contenido de valores, que se traducen en nuevos comportamientos en consecuencia.

(Musitu y col, 2001) refiere que los cambios evolutivos (biológicos, cognitivos y emocionales), requieren que se produzca una reformulación de las estrategias de socialización y de formas de relación entre padres e hijos, es decir un cambio fundamental en el sistema familiar.

(Dulanto, 2000) considera que la familia, hoy en día, tiene muchos problemas y dificultades relacionados con la educación y formación de los hijos, lo que lleva a que atravesase por graves conflictos que suelen orillar a una crisis.

Siendo múltiples los factores tanto internos como externos que actúan en la dinámica familiar, más son los externos, los que están minando la autoridad paterna y los que están entorpeciendo la adecuada comunicación en el seno familiar, especialmente en la interacción con los hijos adolescentes.

Por lo tanto el comportamiento de los padres hacia sus hijos es fundamental, ya que los hijos desean que sus padres sean amistosos y comprensivos, por lo que los padres en la actualidad tienen el problema de establecer el equilibrio entre el autoritarismo por una parte y la tolerancia excesiva por la otra, si lo logran, los resultados pueden ser muy útiles para ambos (Conger, 1980).

En la obra *Psicología del Mexicano* (Díaz Guerrero, 1997) señala que nuestra cultura se caracteriza por la integridad familiar; además que se le da mayor importancia, a la familia que a la propia persona, y es en ésta donde el individuo crece y desempeña un rol específico.

(Aguirre, 1996) menciona que el papel de la familia para el adolescente es muy importante, ya que recibe la influencia de sus padres, de tal forma que los va a tomar como modelos de conducta.

A través de la aprobación y desaprobación aprenderá a distinguir entre lo bueno y lo malo. Estos modelos de conducta se presentan de distintas maneras para hombres y para mujeres, debido a que las expectativas de los padres son diferentes.

El ambiente familiar donde la disciplina es razonable y no arbitraria, le permitirá desarrollar al adolescente una conducta moral que lo conducirá a su propio autocontrol.

Mientras que cuando las relaciones entre padres e hijos son desfavorables, la conducta moral del adolescente se deteriora fácilmente y es común que se presenten dificultades para adaptarse, ocasionando conductas aversivas como la destructividad.

Por otra parte (Ausubel, 1983) dice que si las actitudes parentales hacia los hijos son sanas, en lo fundamental, las fallas ocasionales no impedirán que se logre un desarrollo normal de la personalidad adolescente.

Por lo tanto, es de esperarse que los niños que crecen en un entorno familiar que les fortalece y en el que se lleva a cabo un estilo de vida sano, pasarán su adolescencia con aptitudes positivas y contarán con las habilidades básicas que les permitirán tomar importantes decisiones que guíen su proyecto de vida.

(Kuczynsky y Lollis, 1998) piensan que los padres son las personas que se encuentran potencialmente en la mejor posición para proporcionar una socialización adecuada y pro social a sus hijos. El sistema padre-hijo, fundamentado en los lazos biológicos favorece la influencia parental, mientras que nuestra sociedad aún les otorga a los padres la principal autoridad en el cuidado de los hijos.

Los padres tienen una serie de derechos y responsabilidades legales, lo que les permite el control sobre ellos. Por otro lado, son los padres los que pueden establecer relaciones significativas, debido a que desde el momento del nacimiento, y durante muchos años los padres alimentan, dan cariño, protegen, cuidan y juegan; actividades que crean las bases para la unión, lo que les proporciona un control y entendimiento de la conducta de sus hijos.

(Jiménez, 1999) elaboró y validó un cuestionario para evaluar la estimulación familiar en el desempeño escolar en niños de primaria, y encontró que el desempeño escolar está ligado a las acciones de la madre en apoyo a su disciplina, aprendizaje y autonomía.

(Darling y Steinberg, 1993) sugiere que para poder comprender en profundidad los procesos de socialización familiar es crucial establecer una clara distinción entre los objetivos a los que va dirigida la socialización, las prácticas utilizadas por los padres para ayudar a los hijos a alcanzar dichos objetivos y el estilo parental o clima emocional dentro del cual ocurre la socialización, dichos procesos se llevan a cabo a través de algunos mecanismos que han recibido el nombre de estilos y prácticas parentales.

Al respecto han sido varias las publicaciones que existen en el campo de la psicología, sobre la influencia que tiene las conductas de los padres sobre

el desarrollo de sus hijos, desde diferentes aproximaciones en los últimos treinta años.

Estudios recientes han demostrado que el impacto de los estilos parentales en el ajuste del adolescente depende del contexto social del que se trate (Chao, 1994).

Los sistemas culturales son marcos interpretativos que dan significado a las interacciones cotidianas. Los estilos parentales tienen diferentes implicaciones para el funcionamiento del adolescente dentro de la familia y la comunidad local dependiendo del sistema cultural, por ejemplo en culturas asiáticas algunos aspectos de altas demandas paternas representan el interés de los padres en el cuidado de los hijos (Aguilar y Valencia, 2002).

Con todo esto: quiebre de relaciones interpersonales (familia, amistades), acentuación de impulsos (irritabilidad, cambio de ánimo, hipersensibilidad), impulso sexual, sentimiento de incompreensión, afán de independencia, relaciones grupales (importancia del grupo), los padres dejan de ser los personajes principales en sus vidas.

Buscan la aprobación de sus pares, se esfuerzan por ser atractivos para el sexo opuesto. Los amigos se convierten en las personas más importantes, cuestionan, critican y se rebelan contra la autoridad.

## 2.14 Desarrollo Neurológico en la Adolescencia

### *El Cerebro*

Hasta hace poco, se habían llevado a cabo escasas investigaciones sobre los cambios evolutivos que se producen en el cerebro durante la adolescencia. Aunque las investigaciones en esta área son todavía incipientes, cada vez se realizan más estudios al respecto.

Actualmente, los científicos creen que el cerebro de los adolescentes es distinto al de un niño y que durante la adolescencia el cerebro no deja de crecer, las diferentes áreas del cerebro se interconectan a medida que crecemos, lo que origina desarrollar mejores y más fuertes conexiones en nuestras diferentes regiones el cerebro.

Este desarrollo se da desde la parte trasera del cerebro hacia adelante para sorpresa de todos la ultima parte en desarrollarse y conectarse es el lóbulo frontal, el cual controla el entendimiento, juicio y bloquea los comportamientos demasiados riesgosos, lo cual justificaría los

**comportamientos riesgosos, el escaso juicio y la no reflexión de las cosas adecuadas que presenta el adolescente, pero sin embargo presenta grandes avances en el aspecto cognitivo.**

### ***Las Neuronas***

**Las neuronas o células nerviosas son las unidades básicas del sistema nervioso.**

**Las tres partes básicas de una neurona son el cuerpo celular o soma, las dendritas y el axón. (Psicología Fisiológica, 1996)**

**Los investigadores han descubierto que los cuerpos celulares y las dendritas no cambian mucho durante la adolescencia, pero los axones se siguen desarrollando durante este período evolutivo.**

**El crecimiento de los axones probablemente se debe a un incremento de la mielinización.**

**También se ha constatado que el crecimiento dendrita puede continuar incluso durante la etapa adulta, por lo que es posible que los estudios que se realicen en el futuro permitan detectar más crecimientos dendríticos durante la adolescencia que los estudios realizados hasta la fecha.**

**Además de la proliferación dendrítica y del crecimiento de los axones asociado a la mielinización, otro aspecto importante del desarrollo cerebral a nivel celular es el sorprendente incremento de las conexiones entre neuronas (un proceso que se conoce como sinaptogénesis).**

**Las sinapsis son los espacios existentes entre neuronas donde se establecen las conexiones entre axones y dendritas.**

**Los investigadores han descubierto un aspecto importante de las conexiones sinápticas, que establecen casi el doble de conexiones de las que se utilizarán en toda la vida.**

**Las conexiones que se utilizan se refuerzan y perduran, mientras que las que no se utilizan son sustituidas por otras vías o desaparecen. Es decir, las últimas conexiones se "podan" en el lenguaje de las neurociencias.**

**Estas áreas son fundamentales para el desarrollo de las capacidades cognitivas superiores, como las implicadas en el aprendizaje, memoria y el razonamiento. (Rosenberg, 1996).**

En las áreas cerebrales implicadas en la audición y el lenguaje se observa un curso similar aunque algo más tardío.

Sin embargo, en el córtex pre frontal (la área de cerebro que controla las funciones cognitivas superiores y la autorregulación), el pico máximo de la proliferación sináptica tiene lugar aproximadamente cuando se cumple 1 años de vida y no se alcanza la densidad adulta de sinapsis hasta finales de la adolescencia.

### ***La Estructura Cerebral***

Las neuronas no flotan libremente en el cerebro. Conectadas de forma precisa, componen distintas estructuras cerebrales. Entre las estructuras cerebrales que recientemente han centrado la atención de los investigadores, se encuentran los cuatro lóbulos cerebrales, ubicados en la parte superior del cerebro el córtex o corteza cerebral.

El lóbulo occipital participa en el funcionamiento visual, el lóbulo temporal en el funcionamiento auditivo, el lóbulo parietal en las sensaciones corporales, y el lóbulo frontal en el control de los músculos voluntarios, la personalidad y la inteligencia.

Otra estructura cerebral cuyos cambios durante el desarrollo adolescente han sido estudiados es la amígdala, que está implicada en las emociones. (Tortota y Anagnos, 1998)

Una de las principales razones por la que los investigadores no han empezado a estudiar mucho el desarrollo cerebral hasta hace poco tiempo es que carecían de la tecnología necesaria para ello.

Sin embargo, la creación de sofisticados aparatos para estudiar el cerebro, como la Resonancia Nuclear Magnética (RNM), está permitiendo detectar mejor los cambios que se producen en el cerebro durante la adolescencia.

La Resonancia Nuclear Magnética consiste en crear un grupo magnético alrededor del cerebro de una persona y, utilizando ondas de radio, construir imágenes de los tejidos cerebrales y de las actividades bioquímicas que tienen lugar en el cerebro.

Utilizando RNM, los científicos han descubierto que el cerebro de los niños y adolescentes experimenta cambios significativos entre los 3 y los 15 años de edad.

Analizando las imágenes cerebrales de los mismos sujetos durante cuatro años consecutivos, los investigadores han comprobado que se producen episodios claramente diferenciados de crecimiento rápido del tejido cerebral.

La cantidad de tejido cerebral en algunas áreas casi se puede duplicar en tan sólo un año de tiempo, y este crecimiento va seguido de una pérdida drástica de tejido, a medida que se van podando las células innecesarias y el cerebro sigue reorganizándose. (Tortota y col. 1998)

En esta investigación, se comprobó que el tamaño global del cerebro no se modificó entre los 3 y los 15 años, aunque lo que sí cambió considerablemente fueron los patrones locales en el interior del cerebro.

En otro estudio, se utilizó RNM para averiguar si la actividad cerebral durante el procesamiento de información emocional de los adolescentes (de 10 a 18 años de edad) difería de las de los adultos (de 20 a 40 años). En él se pedía a los sujetos que vieran rostros que presentaban expresiones faciales de miedo mientras les hacían una RNM cerebral.

Cuando los adolescentes (especialmente los más jóvenes) procesaron la información emocional, la actividad detectada en la amígdala superó a la detectada en el lóbulo frontal, mientras que en los adultos ocurrió lo contrario.

Como ya hemos visto, la amígdala está implicada en los procesos emocionales, mientras que el lóbulo frontal lo está en el pensamiento y el razonamiento de nivel superior. Los investigadores interpretaron estos hallazgos del siguiente modo: probablemente los adolescentes responden a los estímulos emocionales con reacciones viscerales.

También concluyeron que estos cambios están relacionados con el crecimiento que tiene lugar en el lóbulo frontal del cerebro entre la adolescencia y la etapa adulta. (Tortota, 1998).

## 2.15 Algunas Teorías acerca de la Adolescencia

### *La teoría de Sigmund Freud*

Freud (1856–1939) desarrolló sus ideas sobre la teoría psicoanalítica, Freud (1917) en Papalia (1998) creía que la personalidad estaba compuesta por tres estructuras diferentes “el ello”, “el yo” y “el superyó”.

“El Ello” está integrado por los instintos, los cuales constituyen la reserva de energía psíquica de una persona; es completamente inconsciente ya que no tiene ningún contacto con la realidad.

“El Yo” la estructura freudiana de la personalidad que afronta las demandas de la realidad. Se denomina la “rama ejecutiva” de la personalidad porque toma las decisiones racionales.

“El Superyó”, la tercera estructura freudiana de la personalidad, es la “rama moral” de la personalidad. El superyó tiene en cuenta si las cosas están bien o mal. (Podríamos considerarlo como la “consciencia”); mientras que el ello y el superyó no tienen moralidad, no toman en cuenta si las cosas están bien o mal.

Freud consideraba que la personalidad era como un iceberg. En la teoría psicoanalítica la mayor parte de nuestra personalidad existe por debajo del nivel de conciencia, de igual manera que la mayor parte de un iceberg está bajo la superficie del agua.

Freud creía que la vida de los adolescentes está llena de tensiones y conflictos. Para reducir estas tensiones, los adolescentes mantienen la información bloqueada en su mente inconsciente. Creía que hasta los comportamientos más triviales tienen un significado especial cuando se descubren las fuerzas inconscientes que hay detrás de ellos.

Mecanismos de defensa son métodos inconscientes que utiliza el yo para distorsionar la realidad a fin de protegerse de la ansiedad. Según el enfoque de Freud, las exigencias conflictivas e las distintas estructuras de la personalidad producen ansiedad.

El “yo” resuelve los conflictos que se crean entre las demandas de la realidad, los deseos de ello y las restricciones del superyó utilizando “los mecanismos de defensa”.

**Según Freud, la represión es el mecanismo de defensa más eficaz y omnipresente. Expulsa los impulsos inaceptables del “ello” fuera de la conciencia, relegándolos a la mente inconsciente.**

**La represión es el fundamento de todos los demás mecanismos de defensa; la meta de cualquier mecanismo de defensa es reprimir, o expulsar de la conciencia los impulsos amenazantes.**

**Freud consideraba que las experiencias de la infancia temprana, muchas de las cuales son de contenido sexual, son demasiado amenazadoras o estresantes para afrontarlas conscientemente, y que reducimos la ansiedad de este conflicto mediante la represión.**

**Tanto Peter Bols (1989), un psicoanalista británico, como Anna Freud (1966), la hija de Sigmund Freud, creen que los mecanismos de defensa ayudan a entender el desarrollo adolescente.**

**Bols afirma que la represión durante la adolescencia no es en absoluto defensiva, sino más bien un aspecto integral, normal, inevitable y universal de la pubertad. La naturaleza de la represión varía de un adolescente a otro. Puede implicar una autonomía infantil, obediencia y tendencia a ponerse celoso, o bien de regreso repentino a la pasividad que caracteriza el comportamiento durante la infancia.**

**Anna Freud (1966) desarrolló la idea de que los mecanismos de defensa son la clave para entender la adaptación adolescente. Ella considera que los problemas de la adolescencia no se resuelven entendiendo el “ello” o las fuerzas instintivas, sino profundizando en la existencia de objetos afectivos en el pasado del adolescente; ya que los mecanismos de defensa son inconscientes, los adolescentes no se dan cuenta que los están utilizando para proteger su “yo” y mitigar la ansiedad.**

**Los mecanismos de defensa no son necesariamente patológicos o nocivos cuando se utilizan de manera moderada y de forma temporal. Sin embargo no se debe permitir que los mecanismos de defensa dominen el comportamiento y no permitan afrontar las demandas de la realidad.**

**La teoría de Freud señala cinco fases psicosexuales del desarrollo y en cada una de ellas experimentamos el placer en una parte del cuerpo, con mayor intensidad que en otras. Dichas fases son:**

*Fase Oral.* Abarca el primer año y medio de vida y el placer se centra en la boca del bebé (masticar, succiona y morder) Estas acciones le permiten mitigar la tensión.

*Fase Anal.* Comprende entre el año y medio y los tres años en la cual el placer se sitúa en el ano o la función de excreción a él asociada.

*Fase Fálica.* 3-6 años, en esta etapa el placer se focaliza en los genitales, cuando el niño descubre que su manipulación resulta placentera en esta etapa se presenta el complejo de Edipo.

*Fase de Latencia.* Aproximadamente entre los 6 años y la pubertad. En esta etapa el niño reprime todos sus impulsos sexuales y se centra en desarrollar las habilidades sociales e intelectuales. Estas actividades canalizan la mayor parte de la energía del niño hacia áreas emocionalmente seguras y le ayudan a olvidarse de los conflictos sumamente estresantes de la fase fálica.

*Fase Genital.* Inicia con la pubertad y se prolonga durante la etapa adulta. Es un periodo de reactivación de los impulsos sexuales, la fuente del placer sexual ahora se encuentra en un persona ajena al contexto familiar.

Freud pensaba que los conflictos con los padres no resueltos se reactivan durante la adolescencia. Cuando se resuelven, el individuo es capaz de desarrollar una relación amorosa madura y funcionar independientemente como adulto.

### ***La Teoría de Erik Erikson***

Erik Erikson (1902-1994) reconoció la aportación de Freud, pero consideraba que no supo ver algunas dimensiones importantes del desarrollo humano.

En la teoría de Erikson, (en Papalia, 2002) existen ocho estadios psicosociales que abarcan todo el ciclo vital. Cada uno de ellos se centra en una sola tarea evolutiva que enfrenta a la persona a una crisis que debe superar.

Según Erikson, estas crisis no son catástrofes, sino puntos de inflexión de mayor vulnerabilidad y mayor potencial. Cuanto más eficazmente

resuelva estas crisis un individuo, más saludable será su desarrollo (Hopkins, 2000).

*Primer Estadio psicosocial.* Confianza versus Desconfianza se prolonga durante el primer año de vida.

La confianza durante la primera infancia sienta la base de una expectativa, que durará toda la vida, de que el mundo será un lugar bueno y agradable para vivir.

*Segundo Estadio Psicosocial.* Autonomía versus vergüenza y duda, inicia a finales del primer año y se prolonga hasta los 3 años. El niño después de adquirir confianza en sus cuidadores empieza a descubrir que su comportamiento es efectivamente suyo y empiezan a firmar su sentido de independencia y autonomía.

Si a un bebé se le limita demasiado y se le castiga con dureza, es probable que desarrolle una sensación de vergüenza y duda.

*Tercer Estadio Psicosocial.* Iniciativa versus culpa, se prolonga durante la etapa de preescolar; en esta etapa el niño afronta más desafíos que en las anteriores.

El desarrollo del sentido de la responsabilidad favorece la iniciativa, por el contrario si es irresponsable y se le hace sentir angustiado, es posible que surjan en él sentimientos de culpa. Erikson considera que la mayor parte de la culpa es compensada rápidamente por la sensación de logro.

*Cuarto Estadio Psicosocial.* Laboriosidad versus inferioridad, periodo que coincide aproximadamente con enseñanza primaria, conforme se van adentrando en la etapa escolar, los niños dirigen su energía hacia la adquisición de conocimientos y el dominio de habilidades intelectuales. El peligro es que desarrolle un sentimiento de inferioridad o una sensación de incompetencia e improductividad. Erikson considera que los profesores tienen una gran responsabilidad en el desarrollo de la laboriosidad.

*Quinto Estadio Psicosocial.* Identidad versus confusión de la identidad. Coincide aproximadamente con la Adolescencia. Aquí se enfrentan al descubrimiento de quién es, qué hace en la vida y hacia dónde va. Los adolescentes deben adoptar muchos roles y adquirir un estatus nuevo propio de los adultos. Por ejemplo, el laboral y el de pareja.

Los padres deben dejar que los adolescentes exploren roles distintos y diferentes caminos dentro de cada rol.

Si el adolescente explora estos roles de una forma saludable y encuentra un camino positivo a seguir en la vida, desarrollará una identidad positiva.

Si los padres imponen una identidad al adolescente, si éste no explora adecuadamente muchos roles posibles y si no logra encontrar un camino positivo a seguir en el futuro, reinara la confusión de la identidad.

*Sexto estadio psicosocial;* Intimidad versus aislamiento Coincide con la primera parte de la etapa adulta, el individuo debe establecer relaciones íntimas con otras personas. Erikson describe la intimidad como encontrarse a uno mismo al tiempo que uno se pierde en el otro.

Si el joven adulto forma amistades saludables y establece una relación con otra persona, alcanzará la intimidad. Si no, reinará el aislamiento.

*Séptimo estadio psicosocial;* Productividad versus estancamiento Coincide con la adultez media y consiste en ayudar a la generación más joven a desarrollar y llevar una vida plena (Erikson se refiere a esto como productividad), la sensación de no haber hecho nada para ayudar a la próxima generación es el estancamiento.

*Octavo estadio;* Integridad versus desesperación Coincide con la adultez tardía, cuando la persona hace una evaluación que revela una vida bien empleada experimentará una sensación de satisfacción, integridad y logro.

Si una persona por el contrario resolvió varias de las etapas previas negativamente, el análisis retrospectivo la dejará con una sensación de duda y tristeza. A esto Erikson lo denomina desesperación.

### *La Teoría de Jean Piaget*

Jean Piaget psicólogo suizo (1896–1980) elaboró una teoría sobre el desarrollo cognitivo. Piaget (Citado en Papalia 2002) sostiene que las personas construyen activamente su comprensión del mundo y pasan por cuatro estadios de desarrollo cognitivo.

*Estadio Sensoriomotor.* Es el primer estadio piagetiano, se extiende desde el nacimiento hasta los 2 años, en éste los niños construyen la comprensión del mundo coordinando experiencias sensoriales como la visión, la audición y acciones físicas o motoras.

Al iniciar este estadio, los recién nacidos disponen de poco más de patrones reflejos; al final del mismo, los niños de dos años poseen esquemas sensoriomotores complejos y empiezan a utilizar símbolos.

*Estadio preoperacional.* Comprende de los 2 a los 7 años aproximadamente, en éste empiezan a representarse el mundo con palabras, imágenes y dibujos. El pensamiento simbólico va más allá del establecimiento de conexiones entre la información sensorial y las acciones.

Según Piaget aunque los preescolares pueden representar simbólicamente el mundo, todavía no poseen la habilidad de realizar operaciones.

*Estadio de las operaciones concretas.* Se extiende aproximadamente de los 7 a los 11 años, Aquí los niños son capaces de realizar operaciones, y el razonamiento lógico sustituye al pensamiento intuitivo, siempre y cuando se aplique a ejemplos concretos o específicos.

*Estadio de las operaciones formales;* aparece entre los 11 y los 15 años, En este estadio, se va más allá de las experiencias concretas y se piensa de una forma más abstracta y lógica.

Esta forma de pensar permite que los adolescentes elaboren imágenes mentales de situaciones hipotéticas. Pueden reflexionar sobre cómo sería un padre ideal y comparar a sus padres con ese punto de referencia.

Empiezan a dar vueltas a las posibilidades que tienen a su alcance y se sienten fascinados con lo que podrían convertir en el futuro.

A la hora de resolver un problema, los adolescentes son más sistemáticos: formulan hipótesis sobre por qué las cosas ocurren del modo en que ocurren y las ponen a prueba utilizando la deducción.

### *La Teoría de Lev Vygostky*

Lev Vygostky (1896-1934) Pensaba que los niños construyen activamente su conocimiento (al igual que Piaget). Su teoría es Cognitiva Sociocultural; que

enfatisa la importancia del análisis evolutivo y el papel que desempeñan el lenguaje y las relaciones sociales.

Durante las últimas décadas, los psicólogos y educadores norteamericanos han mostrado un importante interés por las ideas de Vygotsky (1932) a partir de que se tradujeron sus obras al inglés en 1966.

La teoría de Vygotsky se basa en tres ideas principalmente (Tappan 1998 en Papalia 2002):

*En la primera idea* de Vygotsky adoptar un enfoque evolutivo significa que, para entender cualquier aspecto del funcionamiento infantil y adolescente, se deben examina sus orígenes y transformaciones desde formas tempranas a formas más tardías.

Por ello, un acto mental en concreto no se puede considerar aisladamente, sino que se debe evaluar como un paso más en un proceso de desarrollo gradual.

*En la segunda idea* de Vygotsky afirma que, para entender el funcionamiento cognitivo, es necesario examinar las herramientas que lo median y le dan forma, y ello le llevó a creer que el lenguaje es la más importante de esas herramientas. Vygotsky argumentó que el lenguaje es la herramienta que ayuda al niño y al adolescente a planificar actividades y a resolver problemas.

*En la tercera idea* de Vygotsky dice que las habilidades cognitivas se originan en las relaciones sociales y la cultura. Vygotsky consideraba que el desarrollo cognitivo del niño y del adolescente no se puede separar de las actividades sociales y culturales.

Creía que el desarrollo de la memoria, la atención y el razonamiento implica aprender a utilizar las herramientas que ha creado la sociedad, tales como el lenguaje, el sistema matemático y las estrategias nemotécnicas.

Esto varía según la cultura pues en unas puede consistir en utilizar una computadora para aprender a contar y en otras puede ser en contar con los dedos o usar un ábaco.

Uno de los conceptos más importantes de la teoría de Vygotsky es el de la Zona de Desarrollo Próximo (ZDP), que se refiere a aquellas tareas que son demasiado difíciles para que un individuo las realice solo, pero puede acabar realizándolas si cuenta con la guía y la ayuda de un adulto o de un compañero más capacitado.

De este modo, el nivel inferior de la ZDP es el nivel de resolución de problemas alcanzado por el adolescente trabajando de una forma independiente.

El nivel superior es el nivel de la responsabilidad adicional que puede aceptar el adolescente cuando cuenta con la ayuda de un sujeto más capacitado.

Vygotsky hace énfasis en la importancia de las influencias sociales sobre el desarrollo cognitivo.

Los padres los compañeros, la comunidad y la orientación tecnológica de la cultura son otras fuerzas que influyen sobre el pensamiento de los adolescentes.

Por ejemplo, las actitudes con respecto a la competencia intelectual con que se encuentran los adolescentes en sus relaciones con sus padres y compañeros repercuten sobre su motivación por adquirir conocimientos. Lo mismo ocurre con las actitudes de los profesores y otros adultos de la comunidad.

Los medios de comunicación, especialmente la televisión y las redes informáticas, desempeñan un papel cada vez más importante en la socialización de los adolescentes.

El desarrollo intelectual de los adolescentes se puede mejorar desarrollando entornos que sean cognitivamente más estimulantes y centrándose más en el papel que desempeñan los factores sociales en el desarrollo cognitivo (Brown, Metz y Campione, 1996).

### **Teoría de Lawrence Kohlber**

(1927-1987) Psicólogo estadounidense. (citado en Papalia, 2002). Según su teoría hay seis niveles de desarrollo moral del ser humano:

- a) aquel en el cual se cree que lo correcto es la obediencia y para evitar el castigo;
- b) el intercambio instrumental individual que satisface las necesidades de quien solicita y de quien da;
- c) el de los intereses, relaciones y conformidad en la reciprocidad humanas;
- d) etapa del cumplimiento social y de mantenimiento de la conciencia;
- e) se acatan derechos primarios y el contrato social o de la utilidad,

f) y la adquisición de principios éticos universales.

Kohlberg observó que las niñas de once años habían alcanzado solamente el nivel (c), mientras los varones ya habían desarrollado capacidades morales propias de los niveles (d) o (e).

Él interpretó estos resultados como una forma de flaqueza moral de la mujer.

Kohlberg señala que los adolescentes se encuentran en el nivel convencional del desarrollo moral, es decir ha internalizado los estándares de los demás y se ajustan a las convenciones sociales, apoyan el status quo y piensan en términos de hacer lo correcto para complacer a otros o para cumplir la ley.

Kohlberg realizó una investigación semejante con niños de una aldea de Taiwan, traduciendo sus dilemas morales al chino y adaptándolos un poco a la cultura china.

El desarrollo moral comenzaría con la etapa cero, donde se considera bueno todo aquello que se quiere y que gusta al individuo por el simple hecho de que se quiere y de que gusta.

Una vez superado este nivel anterior a la moral se producirá el desarrollo por etapas:

***Nivel I: Moral Preconvencional:*** Etapa 1: El castigo y la obediencia (heteronomía); Egocéntrico, no se reconocen intereses de los otros, se confunde la perspectiva de la autoridad con la propia.

Etapa 2: El propósito y el intercambio (individualismo); Se desligan los intereses de la autoridad y los propios. Se requiere un intercambio con los otros para conseguir que los propios intereses se satisfagan.

***Nivel II: Moral convencional.*** Etapa 3: Expectativas, relaciones y conformidad interpersonal mutualidad: Consiste en ponerse en el lugar del otro. Se destacan sentimientos, acuerdos y expectativas pero no se llega aún a generalizar.

Etapa 4: Sistema social y conciencia (ley y orden); Se identifica con el sistema social y las reglas de comportamiento; es capaz de diferenciar puntos de vista de la sociedad o de un grupo social determinado.

***Nivel III: Moral postconvencional o basada en principios:*** Etapa 5: Derechos previos y contrato social. Toma en consideración la perspectiva moral y la jurídica, así como sus diferencias pero no logra conciliarlas.

Etapa 6: Principios éticos universales (Autonomía); Se alcanza un perspectiva moral, racionalidad; es decir tratar a las personas como lo que

son, fines en sí mismas y no medios para conseguir ninguna ventaja individual o social.

### La teoría de Gilligan.

Carol Gilligan (1936- ) Filósofa y Psicóloga estadounidense, es ampliamente conocida por su libro *In a different voice: psychological theory and women's development*, en el cual difiere de la interpretación que diera Lawrence Kohlberg de los resultados en psicología experimental acerca del supuesto desarrollo moral diferenciado entre niñas y niños.

Gilligan, que había ayudado al propio Kohlberg en algunas de sus investigaciones, respondió en el libro citado aduciendo que los menores de diferente sexo piensan de distinto modo y que esto no significa que ellas tengan menores capacidades para hacer razonamientos morales.

Las mujeres, según Gilligan, privilegian los vínculos con los demás, las responsabilidades en el cuidado por encima del cumplimiento abstracto de deberes y del ejercicio de derechos.

(Marcia, Gilligan, 1988) y otros investigadores han encontrado diferencias en la manera cómo logran la identidad los varones y las mujeres.

Las mujeres jóvenes y las adultas se juzgan así mismas por sus responsabilidades y su capacidad para cuidar de los demás y de sí mismas, mientras que los hombres se juzgan más importantes por sus logros.

Sin embargo la condición de la adolescencia no es uniforme y varía de acuerdo a las características individuales y de grupo.

Cada individuo posee una personalidad y en esta etapa es cuando más la manifiesta generalmente, no solo de manera individual sino de forma grupal, para poder medir el grado de aceptación en los diferentes escenarios sociales e ir haciendo los ajustes o modificaciones necesarios para sentirse aceptado socialmente.

El perfil psicológico generalmente es transitorio y cambiante es emocionalmente inestable.

El desarrollo de la personalidad dependerá en gran medida de los aspectos hereditarios, de la estructura y experiencias en la etapa infantil preescolar y escolar y de las condiciones sociales, familiares y ambientales en el que se desenvuelva el adolescente.

Con base en las teorías mencionadas, podemos decir que debido a la misma inestabilidad emocional, por desconocimiento, temor, experimentar

una nueva vivencia o falta de una toma de decisión adecuada y en ocasiones combinado con una baja autoestima, la Adolescencia es una etapa susceptible de tomar decisiones inadecuadas.

Dichas decisiones pueden ser desde las relacionadas con los hábitos alimenticios (trastornos de la conducta alimenticia), alteración en la relación personal o conductas más dañinas autodestructibles como hábito del tabaco, alcohol u otro tipo de droga.

Esta situación nos lleva a la reflexión de que la labor de padres, inicia desde la misma planeación de estructurar una familia.

El proporcionar el afecto y los cuidados necesarios en cada una de las etapas de su desarrollo son parte fundamental en la formación de su personalidad, esto llevará al adolescente, que en cualquier escenario, la toma de decisiones es la correcta y que es congruente con su integridad.

La adolescencia es esencialmente una época de cambios. Trae consigo enormes variaciones físicas y emocionales, transformando al niño en adulto.

En la adolescencia se define la personalidad, se construye la independencia y se fortalece la autoafirmación. La persona joven rompe con la seguridad de lo infantil, corta con sus comportamientos y valores de la niñez y comienza a construirse un mundo nuevo y propio.

Para lograr esto, el adolescente todavía necesita apoyo: de la familia, la escuela y la sociedad, ya que la adolescencia sigue siendo una fase de aprendizaje.

(Vigotsky 1930) menciona aspectos del lenguaje y la influencia social sobre el desarrollo cognitivo como determinantes y tomando en cuenta todos los cambios que surgen en la adolescencia es importante señalar el papel que juegan los estilos de crianza que tuvieron, ya que van influir de manera contundente en el desarrollo de cada individuo, si tienen las herramientas necesarias pueden afrontar todos estos cambios sin mucho problema.

Sin embargo existen estilos de crianza que no les brindan los elementos necesarios por lo que su seguridad, su autoestima o baja tolerancia a la frustración harán al adolescente más difícil el paso por esta etapa de su vida.

Por todo esto es recomendable que los padres de familia conozcan los diversos estilos de crianza con sus características y consecuencias para así mismo evitar los inadecuados y buscar la mejor forma de criar a sus hijos y que no tengan otro problema más dentro de todos los cambios a los que se enfrentarán.

## CAPÍTULO 3. INDEFENSIÓN

*Sólo una cosa te voy a pedir, no le hagas caso a mi melancolía.  
Algunos días es más fácil sonreír, pero este no es uno de aquellos días.*

### 3.1 Indefensión Aprendida. También llamada Desesperanza Aprendida.

Desesperanza no es ni decepción ni desesperación. La decepción es la percepción de una expectativa defraudada, la desesperación es la pérdida de la paciencia y de la paz, un estado ansioso, angustiante que hace al futuro una posibilidad atemorizante.

La Desesperanza, por su parte, es la percepción de una imposibilidad de logro, la idea de que no hay nada que hacer, ni ahora, ni nunca, lo que plantea una resignación forzada y el abandono de la ambición y del sueño. Y es justamente ese sentido absolutista, lo que le hace aparecer como un estado perjudicial y nefasto.

La Desesperanza o Indefensión Aprendida es considerada como el estado psicológico que se produce cuando los acontecimientos son percibidos como incontrolables y por los cuales no se puede hacer nada para cambiarlos; lo incontrolable es justamente lo que genera dicha desesperanza.

Este estado produce un rápido deterioro que impide responder de forma adaptativa a una simulación traumática o iniciar respuestas voluntarias para ejercer control sobre los acontecimientos, inclusive dificulta a la persona aprender que su respuesta ha sido eficaz, aún cuando realmente lo haya sido.

Seligman (1967) creador de una corriente psicológica conocida como “Psicología Positiva”, estudió a fondo este tema, y junto con un destacado colaborador, Maier (1967) sometieron a un grupo de perros a un experimento en el que se les aplicaba descargas eléctricas, impredecibles e incontrolables.

A pesar de que en otro momento se les daba la oportunidad de escapar a las descargas no se movieron, soportando el dolor y resignándose a su suerte.

Entre sus conclusiones, reportaron que los animales se vieron impedidos de predecir o controlar el estímulo doloroso, por lo cual perdieron su motivación y lucían desanimados, lentos y torpes para actuar y limitados para aprender nuevos comportamientos.

La Indefensión Aprendida, por ser un constructo aún de creciente difusión cuenta con un limitado número de definiciones.

Es considerada como un estado dinámico de actitud y percepción que la persona tiene sobre los acontecimientos venideros, de tal manera que condicionan u orientan la conducta del individuo sobre el quehacer; plantear a la desesperanza aprendida como un estado dinámico es el resultado de un proceso valorado en un momento, bajo circunstancias determinadas y sujeto a situaciones de cambio positivo o negativo (Quintanilla *et al.*, 2003).

La Indefensión Aprendida es considerada también como el estado psicológico que se produce cuando los acontecimientos son percibidos como incontrolables y por los cuales no se puede hacer nada para cambiarlos, lo incontrolable es justamente lo que genera dicha desesperanza.

Este estado produce un rápido deterioro que impide responder de forma adaptativa a una simulación traumática o iniciar respuestas voluntarias para ejercer control sobre los acontecimientos, inclusive dificulta a la persona aprender que su respuesta ha sido eficaz, aún cuando realmente lo haya sido. Por ello la percepción de incontrolabilidad se caracteriza por una marcada distorsión de la percepción de control (Vinaccia *et al.*, 2004).

Para (Cabrera 2004), la Desesperanza Aprendida está basada en la necesidad de controlar nuestro entorno o por lo menos considerar que tenemos dominadas nuestras acciones, la pérdida de creencia de dominación de nuestro entorno nos produce indefensión o desestructuración de orden cognitivo y emocional; el ser humano, sea hombre o mujer, tiene la necesidad de percibir su realidad en términos de controlabilidad de los acontecimientos de su entorno y dentro de la percepción de control estaría situada la necesidad de orden, el orden cognitivo surge por la necesidad de control sobre su medio.

Un evento es controlable por una conducta cuando su probabilidad de aparición o cese puede ser modificada con la emisión u omisión de esa conducta, en consecuencia, cuando una persona o animal se enfrentan a un acontecimiento que es independiente de sus respuestas, aprenden que ese evento no está bajo su dirección; esta apreciación, tan obvia, es la base de esta teoría.

De esta manera el aprendizaje de estas situaciones provoca una generalización de dichas conductas en el comportamiento cotidiano con una disminución de la capacidad cognitiva, motivacional y emocional, lo cual

se traduce en la tendencia a no poder cambiar las cosas; en el ámbito cognitivo una vez que un hombre o animal han experimentado la incontrollabilidad les resulta difícil aprender que su respuesta ha sido eficaz, aún cuando realmente lo haya sido.

La Desesperanza Aprendida distorsiona la percepción de control o de poder sobre los acontecimientos.

Finalmente (Seligman 1967), principal impulsor de esta temática, define a la Indefensión Aprendida como la frustración intensa y crónica producida por un déficit motivacional, emocional y cognitivo, que lleva al individuo a reaccionar por debajo de lo esperado. Dicha condición, aprendida del entorno, se empieza a generalizar hacia el pasado y el futuro, alterando su sentido de previsión y planificación, agudizando con esto la resignación y el fatalismo (Valdez, 1997).

Por otro lado es importante resaltar la influencia que tiene la familia como cuna del desarrollo del niño ya que en ese ámbito es donde aprende la forma en que se desempeñará en su vida futura, por esta razón se mencionan diferentes teorías que dan base a como los infantes aprenden valores, hábitos, conductas, formas de relacionarse, etc.

### **3.2 Concepto de los Factores de Riesgo y de Protección**

La prevención de los trastornos mentales se enfoca en aquellos determinantes que ejercen una influencia causal, predisponiendo la aparición de los trastornos mentales.

Los factores de riesgo están asociados con una mayor probabilidad de aparición de la enfermedad, mayor gravedad y mayor duración de los principales problemas de salud.

Los factores de protección se refieren a las condiciones que mejoran la resistencia de las personas a los factores de riesgo y trastornos. Han sido definidos como aquellos factores que modifican, aminoran o alteran la respuesta de una persona a algunos peligros ambientales que predisponen a una consecuencia de inadaptación (Rutter, 1985).

En su mayoría, los factores individuales de protección son idénticos a las características de salud mental positiva, tales como la autoestima, fortaleza emocional, pensamiento positivo, destrezas sociales y de resolución de problemas, habilidades para el manejo del estrés y sentimientos de control.

Por esta razón, las intervenciones preventivas dirigidas a fortalecer los factores de protección se superponen en gran medida con la promoción de la salud mental.

Existe sólida evidencia acerca de los factores de riesgo y de protección y sus vínculos con el desarrollo de los trastornos mentales (por ejemplo Coie *et al.*, 1993; Ingram y Price, 2000). Tanto los factores de riesgo como los de protección pueden ser de carácter individual relacionados con la familia, sociales, económicos y ambientales.

Generalmente es el efecto acumulado de la presencia de múltiples factores de riesgo, la falta de factores de protección y la interacción de situaciones de riesgo y protección, lo que predispone a los individuos a cambiar de una condición mentalmente saludable a una de mayor vulnerabilidad, pasar luego a un problema mental y finalmente a un trastorno mental con todas las características.

Las intervenciones para prevenir los problemas de salud mental pretenden contraatacar los factores de riesgo y reforzar los factores de protección a lo largo de la vida de la persona con el fin de interrumpir esos procesos que contribuyen a la disfunción mental humana.

Mientras mayor influencia tengan los factores individuales sobre el desarrollo de los trastornos mentales y la salud mental, mayor será el efecto preventivo que se puede esperar cuando se implementen exitosamente. Resulta imperativo que los determinantes abordados en las intervenciones preventivas sean maleables y abarquen factores específicos de la enfermedad, así como también los factores genéricos de riesgo y protección.

Los factores genéricos de riesgo y protección son aquellos que son comunes a varios problemas y trastornos de salud mental. Las intervenciones que abordan exitosamente dichos factores genéricos pueden producir un amplio espectro de efectos preventivos. Por ejemplo, la pobreza y el abuso de menores son comunes en la depresión, la ansiedad y el abuso de sustancias.

Se puede esperar que las intervenciones que abordan exitosamente la pobreza y el abuso de menores tengan un impacto en todos estos trastornos.

Los factores de riesgo y de protección específicos de la enfermedad son aquellos que están principalmente relacionados con el desarrollo de un trastorno en particular. Por ejemplo, el pensamiento negativo está específicamente relacionado con la depresión, mientras que la depresión mayor está específicamente relacionada con el suicidio (OMS 2004).

Existen también interrelaciones entre la salud mental y física. Por ejemplo, la enfermedad cardiovascular puede producir depresión y viceversa.

La salud mental y física también pueden estar relacionadas a través de factores comunes de riesgo, por ejemplo las malas condiciones habitacionales pueden producir una salud mental y física deficiente (según estudios de la OMS 2004).

Se necesita un mayor entendimiento de las relaciones entre los diferentes trastornos mentales, entre la salud mental y física, y las rutas evolutivas de los factores genéricos y de riesgos específicos de la enfermedad que producen problemas de salud mental.

Actualmente, existe suficiente conocimiento disponible, basado en evidencia, acerca de los factores de riesgo y de protección para garantizar las inversiones gubernamentales y no gubernamentales en el desarrollo, diseminación e implementación de programas y políticas basadas en evidencia.

Estas intervenciones que abordan los factores de riesgo y protección que tienen un amplio impacto o que son comunes a una variedad de problemas relacionados, incluyendo problemas sociales y económicos, serán las más rentables y atractivas para los diseñadores de políticas y partes interesadas.

Los diseñadores de políticas y programas necesitan tener en cuenta que un trastorno mental específico puede ser el resultado de trayectorias causales bastante diferentes que funcionan para las diversas poblaciones en riesgo.

Por lo tanto, las políticas de salud pública efectivas deben abarcar múltiples intervenciones preventivas que aborden múltiples trayectorias causales para las respectivas poblaciones en riesgo.

Factores de Riesgo	Factores de Protección
<p>Acceso a drogas y alcohol Desplazamiento Aislamiento y enajenación Falta de educación, transporte, vivienda Desorganización de la vecindad Rechazo de compañeros Circunstancias sociales deficientes Nutrición deficiente</p>	<p>Fortalecimiento Integración de minorías étnicas Interacciones interpersonales positivas Participación social Responsabilidad social y tolerancia Servicios sociales Apoyo social y redes comunitarias.</p>

<b>Pobreza</b> <b>Injusticia racial y discriminación</b> <b>Desventaja social</b> <b>Migración a áreas urbanas</b> <b>Violencia y delincuencia</b> <b>Guerras</b> <b>Estrés laboral</b> <b>Desempleo</b>	
---	--

Factores de Riesgo y Protección (OMS 2004)

### 3.3 Teoría Conductista

Para el conductismo, el conocimiento se percibe a través de la conducta, como manifestación externa de los procesos mentales internos, aunque éstos últimos se manifiestan desconocidos. Su principal impulsor, Skinner (1971) buscaba reflejar el aprendizaje en términos de resultados, es decir, de la conducta observable.

Esto se encontraba directamente asociado a la presentación de un estímulo que por su carácter agradable o dañino facilitaba o impedía la ocurrencia de la acción en el futuro.

Dichos estímulos conocidos como refuerzos y castigos se encuentran, hasta la actualidad, vinculados a la vida académica y formativa de las personas, por tanto su injerencia en el aprendizaje esta por demás demostrada.

### 3.4 Teoría Social Cognitiva

Esta teoría fue planteada por el Psicólogo norteamericano Albert Bandura (1960). Inicialmente llamada teoría del Aprendizaje Social, se denomina Cognitivo Social a partir de los años 80.

Esta concepción se sustenta en la importancia de la observación y la imitación así como en los factores cognitivos que subyacen a estos, los cuales orientan a la persona hacia la adquisición de un comportamiento.

La expresión factores cognitivos se refiere a la capacidad de reflexión y simbolización así como a la prevención de consecuencias basadas en procesos de comparación, generalización y autoevaluación.

Bajo esta perspectiva, el comportamiento depende del ambiente así como de los factores personales (motivación, atención, retención y producción motora)

Profundizando en este modelo explicativo, podemos delimitar que el principal requisito para alcanzar el aprendizaje es que la persona observe a

otro individuo o modelo, mientras que este lleva a cabo una determinada conducta.

Más tarde, especialmente si el modelo recibió una recompensa visible por su ejecución, el que lo observó puede manifestar también la respuesta nueva cuando se le proporcione la oportunidad para hacerlo.

Por ende el comportamiento no se desarrolla exclusivamente a través de lo que aprende el individuo por medio del condicionamiento operante y clásico, sino que lo puede hacer también a través de la observación y la representación simbólica de otras personas y situaciones, es decir gracias al aprendizaje vicario (Feldman, 1995).

Esta investigación plantea la influencia de las concepciones presentadas por el Conductismo y el Aprendizaje Social, ambas dentro del entorno familiar, es decir, la percepción negativa de los hechos y de nuestras propias capacidades son transmitidas, asumidas y reforzadas primordialmente dentro del seno familiar, y cultivadas a través de los años que involucran la infancia y adolescencia.

Dichos aprendizajes, observados e imitados de las figuras significativas en el hogar o reforzados por los mismos, constituyen una herramienta adaptativa al entorno social al igual que lo significó, aparentemente con éxito, para estos modelos parentales y fraternales o cualquier otro de mayor cercanía e influencia; es por este motivo que su generalización a todas las actividades de la vida diaria así como su permanencia en el tiempo se hace más factible.

### **3.5 Origen del Estudio de la Indefensión Aprendida**

La Indefensión Aprendida tiene su origen en los estudios realizados para recrear lo que inicialmente se reconoció como sentimiento de impotencia.

Dichas investigaciones, encabezadas por Maier y Seligman en 1965, buscaban provocar que los animales, sujetos de la experimentación, se sintieran desvalidos al interactuar en una situación de eventos constantemente aversivos.

Este proceso experimental se centró en el trabajo con perros divididos en 3 grupos, al primero se les aplicó electroshocks con la potestad de poder evadirlos al oprimir un tablero de alcance factible, es decir se posibilitó al perro la posibilidad de controlar el dolor.

El artefacto generador del electroshock, en el segundo grupo, estuvo dispuesto de forma similar que el del primer grupo, por tanto los perros recibirían el mismo efecto aversivo, pero sin la posibilidad de contar con un mecanismo de evasión al mismo.

En cuanto a los animales del tercer grupo, no recibieron descargas eléctricas.

Cuando todos los perros pasaron por la experiencia, cada uno de acuerdo con lo estipulado, fueron llevados a una caja acondicionada con el mismo sistema de descargas y con un compartimento paralelo en el cual no recibieron el efecto dañino.

A este espacio accedieron aquellos que saltaron sobre una valla que separaba ambos ambientes.

La hipótesis formulada sostuvo que si los perros del segundo grupo habían aprendido que no podían hacer nada, simplemente se quedarían inmóviles por asumir su incapacidad para evitar el efecto aversivo.

Al colocar a los perros de los 3 grupos en el mencionado mecanismo se observó que aquellos que habían aprendido a evitar los electroshocks con facilidad descubrieron que al saltar sobre la valla lograban evitar la situación dañina, lo mismo pasó con aquellos que no recibieron previamente descargas eléctricas, sin embargo aquellos que no contaron, en la etapa previa, con posibilidades para bloquear el efecto aversivo optaron por quedarse quietos, no ejecutando ninguna acción que les permitiera escapar.

Esta etapa del experimento se realizó en ocho triadas, seis de los ocho perros del grupo desamparado se echaron, rendidos, impotentes, en tanto que ninguno de los ocho perros que había aprendido a controlar la corriente asumió una actitud pasiva (Seligman, 2000).

El planteamiento derivado de esta investigación, es decir el aprendizaje de la Desesperanza, se reflejó en la pasividad de los animales la cual, era resultado de notar que nada de lo que pudieran hacer cambiaría la situación dañina.

Los conductistas sin embargo sostuvieron que la cesación del dolor en los momentos en que los perros estaban quietos se convertía en reforzador y fortalecedor del acto de echarse, contrario a lo planteado por los investigadores cognitivos.

Para refutar tal postura diseñó un experimento complementario en el que se cortarían las descargas eléctricas si los perros permanecían cinco segundos quietos.

Los conductistas pronosticaron que la concesión de la eliminación de la corriente por quedarse inmóviles haría que los perros definitivamente no se movieran.

Para los defensores de la Desesperanza Aprendida, lo que realmente se lograría es que aprendieran que por el solo hecho de quedarse unos

segundos quietos cesaría el daño por ende tendrían una noción básica de control y dejarían una postura de impotencia.

El experimento constó de dos partes: primero, el grupo de perros denominado echado-inmóvil, se vieron sometidos a una descarga que pudieron interrumpir solo con quedarse quietos durante cinco segundos (Seligman 2000)

El segundo grupo, denominado conexo recibieron la corriente cuando también fue sometido el primer grupo, sin embargo tuvieron como característica que nada de lo que pudieron hacer cambiaba la situación aversiva.

El paso de la corriente, por ende, solo cesó cuando permaneció quieto el primer grupo.

La segunda parte consistió en llevar a los perros a la caja compartimentada del primer experimento, a fin de que aprendan a saltar la valla para eludir la descarga.

Los conductistas, frente a este nuevo estudio, se reafirmaron en el hecho de que el quedarse quietos serviría como reforzador, y por tanto, los perros asumirían una postura pasiva.

Adicionalmente postularon que de los dos grupos, los echados – inmóvil, pondrían más empeño en quedarse quietos, ya que habían sido reforzados de forma más continua en comparación al grupo denominado conexo.

Seligman (2000), de marcada tendencia cognitiva, estuvo en desacuerdo con los planteamientos behavioristas.

Sus planteamientos se dirigieron a que el grupo echado – inmóvil, por haber aprendido que podían ejercer control sobre las descargas, no se considerarían impotentes; tan pronto vieran la oportunidad pasarían por encima de la valla para evitar el daño.

También pronosticaron que los del grupo conexo, se volverían impotentes, y desde luego los del grupo libre de electroshock no estarían afectados y escaparían de la descarga dirigiéndose al otro compartimiento.

El experimento demostró que la mayor parte de los perros pertenecientes al grupo conexo simplemente permaneció quieto, como manifestaron cognitivos y conductistas.

Los del grupo sin electroshock no se vieron afectados, desplazándose al compartimiento paralelo con total libertad.

Finalmente los del grupo echado-inmóvil se mantuvieron quietos unos segundos; al cesar la corriente dieron vueltas por el compartimiento,

aparentemente en espera de encontrar una forma de evitar la descarga dentro de ese ambiente.

Luego de unos segundos brincaron sobre la valla que los separaba del lugar sin efectos aversivos, no regresando al lugar de las descargas en ninguna ocasión.

Seligman con dicha experimentación, halló el origen de la Desesperanza o Indefensión Aprendida, sin embargo sus estudios no se quedaron en dicho postulado, posteriormente se orientaron a la búsqueda de un procedimiento que elimine esta condición.

Para tal efecto realizaron procesos científicos con animales que habían aprendido a sentirse desvalidos, siendo el procedimiento instigarlos a la actividad, específicamente a saltar la valla de la caja acondicionada para los experimentos anteriores.

Dicho espacio mantuvo condiciones similares al anterior estudio, por ende los animales se resistieron inicialmente al trabajo por el conocido efecto aversivo.

Progresivamente los perros aprendieron que era una posibilidad tangible el evadir las descargas eléctricas, y por ende se tornaron más recurrentes los saltos espontáneos.

Cuando lograban hacerlo, la curación era permanente en un cien por ciento de los casos.

### **3.6 Modelo Teórico de la Indefensión Aprendida y su Aplicación al Comportamiento Humano**

La Indefensión Aprendida, constituye una concepción teórica centrada en la percepción negativa de las propias capacidades en relación a las situaciones del entorno.

El modelo, fortalece la idea de que la interacción con el medio, muchas veces aversivo, es el origen del aprendizaje de cogniciones y actitudes desadaptativas que sin embargo no determinan por si solos la condición de desesperanza.

Dicha condición requiere de la aceptación cognitiva–volitiva del individuo, de su tendencia a considerar los sucesos como dañinos y permanentes, influyentes sobre los diversos aspectos de la vida y por lo general de responsabilidad absolutamente personal.

La aplicación de este modelo, cobra mayor vigencia a partir de los estudios de Donald Hiroto, quien en 1971 desarrollo un experimento siguiendo los parámetros de los utilizados en animales.

Primero llevó a un grupo de personas a una habitación, hizo funcionar un artefacto que producía un fuerte ruido y les encomendó como tarea descubrir que debían hacer para que el sonido cesara.

Los sujetos probaron una serie de combinaciones factibles de realizar con un teclado que se encontraba en el ambiente, pero a pesar del esfuerzo no dieron con la clave.

El panel estaba dispuesto de tal manera que ninguna combinación resultara efectiva.

Se llevó a un segundo grupo el cual si tuvo la posibilidad de acallar el ruido si obtenían la clave.

El tercer grupo dirigido al ambiente nunca oyó ningún tipo de sonido.

Después Hiroto llevó a la gente a otro ambiente en el que tras una sencilla combinación las personas podían interrumpir el ruido.

Los resultados denotaron que la mayor parte del grupo que anteriormente no tuvo oportunidad de silenciar el ruido, frente a esta situación simplemente opto por evitar la búsqueda de soluciones.

Aparentemente habían asumido una actitud desvalida frente al evento.

Adicionalmente se descubrió que el diez por ciento de las personas que no estuvieron sometidas a ningún ruido también mostraban una actitud pasiva, contrapuesto esto al hecho de que una de cada tres personas seguían buscando soluciones a pesar de que inicialmente no las hallaron. (Seligman, 2000).

### 3.7 Dimensiones de la Indefensión Aprendida

Las personas que tienden a rendirse con facilidad ante eventos valorados como adversos, suelen referirse a dicha situación en términos de culpa personal, imposibilidad de superación y limitación en la mayor parte de acciones que comprenden el accionar diario.

Estas palabras suelen ser algo más que una mera explicación del hecho o una expresión específica del malestar emocional, por lo general representan una forma de pensar, un modelo de creencias interiorizado durante la infancia y adolescencia.

Su explicación de los hechos deriva de la opinión que tienen respecto a su posición en el mundo, indican un grado de minusvalía y dependencia frente a su entorno.

**Son tres las dimensiones que comprende la Desesperanza, las cuales coexisten en mayor o menor grado, estas son la permanencia, la amplitud y la personalización.**

**a) La Permanencia:**

**Aquellas personas que se dan por vencidas desde el inicio tienden a estar convencidas de que los contratiempos que les ocurren persistirán en el tiempo. Los que resisten al desamparo creen que las causas de los contratiempos son temporales.**

**Si se considera las cosas en términos de siempre y de nunca, y además se les confiere características duraderas, se puede afirmar que el pesimismo es valorado como permanente.**

**Por el contrario, si se piensa en términos de algunas veces y de últimamente, se hace factible situar a los malos momentos bajo condiciones transitorias (Seligman, 2000).**

**b) La Amplitud:**

**Mientras que la permanencia hace referencia al tiempo, la amplitud se centra en el alcance.**

**Es evidente que algunas personas pueden superar problemas y seguir con su vida, incluso cuando un aspecto muy importante de ella, como sería el caso del trabajo o la vida amorosa este en situación precaria.**

**Sin embargo otras se estancan en las dificultades, para ellas todo suele ser catastrófico.**

**Las personas que formulan explicaciones universales para sus fracasos se rinden ante cualquier contratiempo que tengan que enfrentar. Las que tienen explicaciones específicas pueden sentirse desvalidas en esa parte de sus vidas, sin dejar de tener ánimo para afrontar todas las demás (Seligman, 2000).**

**c) La Personalización:**

**Cuando nos ocurre algo, con cierta frecuencia tendemos a centrar la responsabilidad de forma absoluta en nosotros mismos o solo en los demás.**

**Los que se ubican como únicos responsables de los hechos, negando con esto la injerencia de elementos externos, tienden a tener la Autoestima baja.**

**Los que son capaces de asumir responsabilidades, sin que esto los convierta en los únicos causantes de manera recurrente, tienden a asumir conductas más adecuadas y un mejor estado anímico.**

En líneas generales, son capaces de aceptar las consecuencias de sus actos sin que esto signifique una visión totalmente negativa de sus capacidades y desempeño (Seligman, 2000).

### **3.8 Síntomas de Depresión y de Indefensión Aprendida**

Seis síntomas de indefensión aprendida, tienen un paralelo en la depresión (en Seligman 2000)

1. Disminución de la iniciación de respuestas voluntarias, los animales y las personas que han tenido experiencias de incontrabilidad manifiestan un descenso en la iniciación de respuestas voluntarias.

2. Disposición cognitiva negativa, las personas y animales indefensos tienen dificultades para aprender que las respuestas producen resultados.

3. Curso temporal; la indefensión se disipa con el tiempo cuando ha sido inducida por una sola sesión de descargas incontrolables; después de varias sesiones, la indefensión persiste.

4. Agresión disminuida, las personas y animales indefensos inician menos propuestas agresivas y competitivas y su status de dominancia disminuye.

5. Pérdida de apetito, los animales indefensos comen menos, pierden peso y son deficientes sexual y socialmente.

6. Cambios fisiológicos, las ratas indefensas manifiestan un descenso de norepinefrina, y los gatos indefensos pueden mostrar hiperactividad colinérgica.

David Klein, Ellen Fencil-Morce y Seligman (1975) realizan diversos experimentos en grupos de personas donde comprueban que la depresión produce los mismos déficits que la indefensión inducida experimentalmente.

Estos resultados proporcionan un fuerte apoyo al modelo de indefensión aprendida de la depresión.

Con base en todo lo anteriormente citado es importante tratar de prevenir la Indefensión Aprendida mediante la búsqueda de información, conociendo los diversos estilos de crianza y sus consecuencias, apoyándose en profesionales que puedan proporcionar herramientas útiles para su prevención.

El Estilo de crianza Democrático, puede ser una herramienta útil en esta tarea.

### 3.9 Resiliencia

Goodyer (1995 en Seligman 2004), enuncia: “En general, se admite que hay resiliencia cuando un niño muestra reacciones moderadas y aceptables si el ambiente le somete a estímulos considerados nocivos”.

Rutter (1993 en Seligman 2004) plantea que “La resiliencia es un fenómeno que manifiestan sujetos jóvenes que evolucionan favorablemente, aunque hayan experimentado una forma de estrés que se estima que implica un grave riesgo de consecuencias desfavorables”

Vanistendael (2000 en Seligman 2004) afirma que:”La resiliencia es la capacidad de tener éxito de modo aceptable para la sociedad, a pesar de un estrés o de una adversidad que implican normalmente un grave riesgo de resultados negativos”

Kreisler (1996 en Seligman 2004) se refiere a la resiliencia “Como la capacidad de un sujeto para superar circunstancias de especial dificultad, gracias a sus cualidades mentales, de conducta y adaptación”.

Jorge Barudy y Maryorie Dantagnan, se basan en las definiciones de Manciaux, Vanistendael, Lecomte y Cyrulnik (2003) para decir que “La resiliencia es la capacidad de una persona o grupo para desarrollarse bien, para seguir proyectándose en el futuro a pesar de los acontecimientos desestabilizadores, de condiciones de vida difíciles y traumas a veces graves.

### 3.10 Fundamentos Biológicos de la Resiliencia

Boris Cyrulnik (2003), etólogo, psicoanalista y neuropsiquiatra francés, plantea que los genes codifican el desarrollo del sistema nervioso central que equipa a todos los miembros de una especie.

Gracias a captadores sensoriales, este sistema busca en su medio físico y ecológico los objetos a los que su equipo y su desarrollo le hayan hecho más sensibles.

Afirma también que las presiones del medio intervienen en la modulación de ese sistema nervioso, lo que explica cómo puede influir un proceso neurológico en un estado motivacional.

La filtración de esas informaciones, el modelado del sistema nervioso, los procesos de memoria y las reparaciones o compensaciones posibles tras una lesión explican el fundamento neurológico de la resiliencia, punto de partida de un proceso en que lo innato se difumina rápidamente para dar paso a otros determinantes, afectivos, psicológicos y socioculturales que intervendrán muy pronto en el curso del desarrollo (Cyrulnik, 2003).

Por ejemplo el síndrome de Down, donde la sobreexpresión de los genes del cromosoma 21 triplicado, provoca anomalías morfológicas y psicológicas.

A pesar de esto se pueden constatar importantísimas variaciones de los rendimientos intelectuales según las respuestas afectivas que el niño o la niña encuentran en su entorno familiar y social (Cyrułnik, B. 2003).

Por lo tanto la Resiliencia es una capacidad que emerge de las interacciones sociales. Esta capacidad es sobre todo el resultado de nutrientes afectivos, cognitivos, relacionales y éticos que los niños y niñas reciben de su entorno.

Guédény (1998 en Seligman 2004) resume los factores resilientes al decir que algunos de los componentes protectores del desarrollo, pese a unas circunstancias traumáticas son:

Una actitud parental competente, una buena relación con alguno de los padres, el apoyo del entorno, una buena red de relaciones informales que no estén ligadas a obligaciones sociales o profesionales, la educación y el compromiso religioso bajo la forma de participación en un grupo de escucha del otro, de reflexión sobre sí mismo y el grupo.

Las investigaciones sobre la Resiliencia han orientado en gran medida la labor clínica e investigadora, la cual ha llevado a conocer lo que le ocurre al niño como individuo y en relación con su entorno: su mundo interior, la transformación de debilidades en fortalezas, la supervivencia en ambientes de pobreza y el mejoramiento de condiciones de vida.

El concepto de Resiliencia nos sirve no sólo como guía para establecer criterios de actuación preventiva con los niños y sus padres, en el sentido de apoyar sus recursos para afrontar el daño, sino que además son criterios para que los profesionales pongan sus propios recursos resilientes al servicio de la prevención de los malos tratos mediante la promoción de los buenos tratos ( Barudy, 2005).

Como se ha mencionado, la Resiliencia se refiere a la capacidad o recursos de un niño o niña para desarrollarse normalmente a pesar de las condiciones difíciles que ha vivido.

Esta capacidad, lejos de ser una característica individual, es resultado, sobre todo, de los procesos relacionales en que el niño o niña están inmersos desde su concepción, durante su vida intrauterina, en el nacimiento y posteriormente en su desarrollo como niños y luego como adolescentes. (Barudy, 1971, 1972, 1978).

Entre los factores que han podido identificarse como contribuyentes al desarrollo de la resiliencia infantil se encuentran (Barudy, Cyrułnik y col. 2003):

**1) *El Apego Seguro***: es decir, una vinculación sana entre los niños y las figuras de apego. Esta experiencia es una seguridad de base que permite al niño hacer frente a la adaptación de diferentes cambios que implica el crecimiento.

Aunque la experiencia de apego haya sido deficiente en la familia, es posible, hasta cierto punto, repararla con una relación de alta calidad y, de este modo, contribuir al desarrollo de capacidades resilientes.

**2) *La Toma de Conciencia de la Realidad Individual, Familiar y Social***: Cuanto más precozmente el niño o la niña sean ayudados a comprender su condición de víctima de malos tratos, más posibilidades tendrán de buscar alternativas constructivas para hacer frente al daño y optar por formas diferentes de relación en el futuro.

Un ejemplo puede ser <Cuándo sea grande, no haré nunca a mis hijos lo que mis padres me han hecho a mí> El apoyo de personas significativas que ayuden al niño o el acompañamiento terapéutico puede facilitar la identificación y aceptación de la realidad y apropiarse de la verdad de su historia, por muy dolorosa que sea.

**3) *El Apoyo Social***. Sentirse apoyado, comprendido y ayudado por otras personas, adultos y pares, es otro de los ingredientes de la Resiliencia.

Otra de las formas concretas de apoyo social a niño y adolescentes que han tenido experiencias dolorosas, puede ser organizar actividades terapéuticas de grupo.

En grupo los niños pueden participar en una dinámica social que les permita recibir y dar apoyo a aquellos de sus pares que hayan vivido dificultades semejantes.

Además, las dinámicas de grupo son una posibilidad de nuevos aprendizajes para comunicar, actuar y reflexionar en relación con lo pasado y así descontaminarse de lo aprendido en procesos abusivos y maltaradores. (Barudy 2005).

Por lo tanto la Resiliencia puede ser un factor útil para superar la desesperanza, no es una receta, sino una actitud vital positiva que estimula a reparar daños sufridos.

Sin embargo requiere de la confianza y solidaridad de otros, ya sean amigos, maestros o tutores, es una de las condiciones para que cualquier ser humano pueda recuperar la confianza en sí mismo y su capacidad de afecto.

Se puede ser Resiliente cuando se acepta la realidad por muy difícil que sea, enfrentarla y empezar a cambiarla con el apoyo de otros y de acuerdo a las posibilidades de cada individuo.

## **CAPÍTULO 4. PROPUESTA DE TALLER “LA FAMILIA Y LA INDEFENSIÓN EN LA ADOLESCENCIA”**

### **4.1 Objetivos**

**\* Fomentar la participación de los padres de familia en talleres que les ayuden en su tarea parental.**

**\* Sensibilizar a los participantes para que reflexionen y expresen sus sentimientos de manera adecuada con sus hijos.**

**\* Descubrir la importancia de marcar límites en la educación de sus hijos.**

**\* Conocer las características de la Adolescencia y algunas estrategias para su manejo.**

**\* Explicar que es la Indefensión Aprendida, sus consecuencias y cómo evitarla.**

**\*Que los padres de familia identifiquen los estilos de crianza adecuados para el manejo de sus hijos, adquiriendo herramientas que fortalezcan su desarrollo emocional ayudándolos a enfrentar la adolescencia de la mejor manera con autoestima y sin Desesperanza.**

**Mediante 10 sesiones de aproximadamente 90 minutos, una por semana; con dinámicas divertidas, de interés y alusivas a los temas a tratar.**

**Se sugiere se realice en escuelas primarias, para padres de familia con la finalidad de informar, orientar e incrementar las fortalezas de sus hijos para llegar a la adolescencia con mayores competencias.**

**Los materiales que se utilizarán serán diversos; lecturas y canciones (se anexan), cuestionarios, información escrita, grabadora, proyector, hojas blancas y de colores, hojas de papel bond, marcadores, trípticos, hojas impresas, estambre, pelotas, escobas, mobiliario escolar (sillas, mesas y pizarrón).**

## 4.2 Carta Descriptiva

SESIÓN	OBJETIVOS	CONTENIDOS	DINÁMICAS	MATERIALES
<b>1</b>	<p>Sensibilizar, motivar y despertar el interés en los Padres de Familia para participar en el taller.</p> <p>Propiciar la reflexión a través de dinámicas.</p> <p>Reflexionar acerca de la importancia de conocer los gustos, miedos e intereses de sus hijos para poder interactuar con ellos.</p>	<p>Dinámicas breves y divertidas que permitan crear un ambiente de cordialidad, relajación para motivar la participación de los Padres de Familia.</p> <p>Conjunto de preguntas que ayudan a la reflexión y el conocimiento de sus hijos. (gustos, miedos, sentimientos, etc.)</p>	<p>“SIMÓN DICE”</p> <p>Se da la instrucción de realizar la orden solamente cuando se diga la frase “Simón dice”, se comienza el juego y van saliendo los que se equivocan</p> <p>“LA PALMA DE LA MANO”</p> <p>Marcar el contorno de su mano y enseguida colocan la mano marcada atrás para dibujar las líneas de la palma sin verlas.</p>	<p>Sin material</p> <p>Preguntas (Apéndice 1)</p> <p>Hojas blancas, lápices, colores.</p>

	<p><b>Fomentar la participación para exponer experiencias, dudas o sugerencias de los padres de familia.</b></p> <p><b>Resaltar la importancia de manejar las relaciones familiares de manera afectiva pero firme marcando límites.</b></p> <p><b>Realizar tareas en casa en donde puedan plasmar de manera escrita sus reflexiones en un sobre elaborado para ese fin.</b></p>	<p><b>El marcar límites es necesario en la educación de los hijos, siempre con firmeza pero afectivamente.</b></p> <p><b>Es necesario expresar los sentimientos de manera clara y responsable.</b></p>	<p><b>“EL PAPEL ARRUGADO”</b></p> <p><b>Se les pide dibujen un corazón en las hojas dadas y escriban dentro el nombre de sus seres más queridos.</b></p> <p><b>Al terminar arrugan la hoja comprimiéndola lo más que se pueda. Por último la extienden tratando de que quede lisa como al inicio.</b></p> <p><b>Se hace la comparación de la hoja arrugada con los sentimientos de las personas cuando las lastimamos.</b></p>	<p><b>Hojas de colores, lápiz, goma y pluma.</b></p>
--	---	--	--	--

SESIÓN	OBJETIVOS	CONTENIDOS	DINÁMICAS	MATERIALES
<b>2</b>	<p>Identificar los diferentes “Estilos de Crianza”, sus características y consecuencias de cada uno de ellos.</p> <p>Reflexionar acerca de los estilos de crianza que utilizan en casa, mediante una presentación de Power Point e información escrita.</p>	<p>Los Estilos de Crianza son: Autoritario, Permisivo, Negligente y Democrático.</p> <p>El cuento “El Patito Feo” (adaptado) demuestra el estilo de crianza autoritario e identifica las consecuencias en la autoestima y en los sentimientos.</p> <p>Existen cambios que se presentarían utilizando los otros estilos de crianza.</p> <p>Folleto con contenidos sencillos y claros informa con relación al tema visto.</p>	<p>Presentación de Power Point acerca de los Estilos de Crianza.</p> <p>Se realiza la lectura de manera que participen varios Padres para leer en voz alta.</p> <p>“Lluvia de Ideas” se fomenta la participación de los Padres de familia para comentar sus ideas, exponer sus inquietudes, manifestar sus experiencias y dar sugerencias.</p> <p>Materiales impresos para leer en casa; reflexionar y escribir sus impresiones, dudas o conclusiones.</p>	<p>Cañón, Presentación en Power Point.</p> <p>Fotocopias “El Patito Feo” (Apéndice 2).</p>

SESIÓN	OBJETIVOS	CONTENIDOS	DINÁMICAS	MATERIALES
<b>3</b>	<p>Reflexionar acerca de la importancia que tuvo su familia en su infancia.</p> <p>Identificar los sentimientos de tristeza, alegría o enojo a partir de un recuerdo de infancia.</p> <p>Analizar los diferentes Estilos de Crianza que utilizan para determinar si es el adecuado.</p>	<p>La familia juega un papel importante en la formación de las personas.</p> <p>Analice si el estilo de crianza que tuvo en la infancia es el adecuado para aplicarlo con sus hijos.</p> <p>Estilo Autoritario: exige, es rígido, castiga, es inflexible, poco afectivo.</p> <p>Estilo Permisivo: no marca límites, permite mucho, no pone sanciones, manifiesta afecto.</p>	<p><b>“LA TELARAÑA”</b></p> <p>Después de dar la bienvenida, se entrega una bola de estambre a un participante y se le pide que nos cuente un recuerdo muy importante de su niñez (triste o alegre).</p> <p>Al terminar de narrar le debe pasar el estambre a alguien que esté enfrente sin soltar la punta y así sucesivamente se va pasando y hablando formando un tejido con el mismo.</p> <p><b>“Dinámica de Relajación”</b></p> <p>Por lo general se presenta catarsis entre los participantes al evocar sus recuerdos por lo que se</p>	<p>Bola de estambre</p>

		<p><b>Estilo Negligente:</b> es indiferente, no interactúa, no maneja límites, no manifiesta afecto.</p> <p><b>Estilo Democrático:</b> Marca límites, hay comunicación, se interactúa, manifiesta confianza y afecto.</p> <p><b>El marcar límites ayuda a identificar el camino a seguir, da seguridad en las acciones y los hace responsables.</b></p> <p><b>Debemos dar responsabilidades a los hijos así como mucho afecto para tener calidad y calidez a la vez.</b></p>	<p>realizan ejercicios de estiramiento, respiración y relajación como medida de contención.</p> <p>“Lluvia de ideas”</p> <p>Una vez relajados se comenta la tarea en la cual identificaron los estilos de crianza que manejan,</p> <p>Reflexionan acerca de los que ellos vivieron de niños y comentan sus ideas, opiniones y dudas al respecto.</p> <p>Leer y cantar y reflexionar con la canción ¡No Basta!</p>	<p>Grabadora y disco</p> <p>Canción impresa (Apéndice 3)</p>
--	--	--	---	--

SESION	OBJETIVOS	CONTENIDOS	DINAMICAS	MATERIALES
4	<p>Reconocer la influencia que tiene el medio ambiente en los niños.</p> <p>Conocer las características y cambios que se presentan en la Adolescencia.</p> <p>Exponer sus inquietudes, dudas y experiencias.</p>	<p>La familia, los medios de comunicación, la escuela, sociedad, etcétera, influyen de manera importante en la formación del individuo.</p> <p>La adolescencia presenta cambios físicos, psicológicos y sociales por lo que es importante conocerlos para poder manejarlos adecuadamente.</p> <p>En la adolescencia algunas veces se presentan trastornos de la alimentación, adicciones, depresiones, cambios de conducta y muchas problemáticas más.</p>	<p>“Éste no es mi dibujo”</p> <p>Después de dar la bienvenida, se les indica comenzar a dibujar un niño o niña según decidan.</p> <p>Cuando se indique “<i>cambiar</i>”, pasarlo al de atrás y continuar el dibujo agregando lo que quiera, así hasta que llegue al que lo inició.</p> <p>Se invita a la reflexión de los cambios e influencias por los que atraviesan los niños a lo largo de su infancia, se comenta libremente al respecto.</p>	<p>Lectura impresa</p> <p>Hojas, lápiz y colores.</p>

	<p><b>Reflexionar sobre su actuar como padre-madre.</b></p>	<p><b>La comunicación y el afecto en la familia son herramientas útiles en el manejo del adolescente.</b></p> <p><b>Se recomienda informarse, participar en talleres o pedir ayuda cuando sea necesario.</b></p>	<p><b>Se entrega la lectura “El extraño caso del cangurito”, se lee de manera colectiva y en voz alta.</b></p> <p><b>Se pide que expresen sus comentarios al respecto.</b></p> <p><b>Se revisa el tríptico de manera colectiva, se comentan las características de los Adolescentes y las sugerencias del mismo para una mejor relación con los adolescentes.</b></p>	<p><b>Lectura impresa (Apéndice 4)</b></p> <p><b>Tríptico acerca de la Adolescencia.</b></p>
--	---	--	---	--

			<p><b>Deben escribir las características de la Adolescencia que les parezcan más importantes, sus inquietudes y sugerencias al respecto para revisar en la próxima sesión.</b></p> <p><b>Se resuelve cuestionario de tarea para identificar Estilos de Crianza.</b></p>	<p><b>Cuestionario. (Apéndice 5)</b></p>
--	--	--	---	--

SESIÓN	OBJETIVOS	CONTENIDOS	DINÁMICAS	MATERIALES
<b>5</b>	<p>Revisar por equipo las características y consecuencias de Estilos de Crianza.</p> <p>Analizar, reflexiona y exponer sus conclusiones.</p> <p>Identificar en colectivo el Estilo de Crianza más adecuado.</p>	<p>En la Adolescencia se presentan cambios físicos, psicológicos y sociales por lo que en esta etapa se requiere mayor apoyo y comprensión.</p> <p>Conocer sus características y algunas estrategias para relacionarse con los adolescentes ayuda a los Padres de Familia en esta difícil tarea.</p> <p>El estilo de crianza Democrático, marca límites, fortalece la Autoestima y brinda afecto y seguridad a los hijos.</p>	<p>Se reparte la canción “Yo te seguire” en forma impresa, se escucha en el disco dos veces.</p> <p>Con base en la información que se dejó de tarea y con relación a la canción se habla de los cambios emocionales en los adolescentes y la necesidad de afecto y tolerancia.</p> <p>Se forman equipos.</p> <p>Se reparte una tarjeta con diferentes estilos de crianza.</p>	<p>(Apéndice 6 canción “Yo te seguiré”</p> <p>Grabadora y disco</p>

		<p><b>Los padres de familia utilizan todos los estilos de crianza, sin embargo predomina uno y el más recomendable es el Democrático también llamado Autoritativo por algunos autores.</b></p>	<p><b>Se da la instrucción de escribir en una hoja bond las características y consecuencias del que les haya tocado</b></p> <p><b>Cada equipo expone sus conclusiones mientras se van anotando en el pizarrón algunos aspectos importantes.</b></p> <p><b>Con base en el trabajo realizado se induce que el estilo de crianza Democrático es el más indicado.</b></p>	<p><b>Hoja de papel bond, lápices, goma y plumones.</b></p>
--	--	--	---	---

SESIÓN	OBJETIVOS	CONTENIDOS	DINÁMICAS	MATERIALES
<b>6</b>	<p>Representar problemáticas familiares para encontrar soluciones.</p> <p>Identificar posibles soluciones a diferentes problemáticas.</p> <p>Compartir experiencias.</p> <p>Reflexionar acerca de su actuar como padres.</p> <p>Analizar la información dada.</p> <p>Comentar sus conclusiones e inquietudes.</p>	<p>El psicodrama es una terapia de grupo que utiliza técnicas dramáticas y representaciones desde diferentes roles.</p> <p>Consiste en representar situaciones reales o supuestas para observar y analizar posibles soluciones.</p> <p>Te invita a mirar desde otro lugar, a abrir y ampliar tu visión, a generar opciones y a encontrar alternativas de cambio, las que mejor se adapten a tu estilo de vida, a tus valores y esencia.</p>	<p><b>PSICODRAMA</b></p> <p>Después de la bienvenida, se explica que se formarán equipos, se les entregará una tarjeta con una problemática diferente a cada equipo y tienen que representar dicha situación.</p> <p>Los temas son: drogadicción, sexualidad, embarazo, rebeldía e identidad en la Adolescencia.</p> <p>*Su hija adolescente les dice que está embarazada.</p> <p>*Le llaman de la escuela, para informarle que encontraron a su hij@ adolescente consumiendo drogas.</p>	<p>Tarjetas con el problema a representar.</p>

	<p><b>Registrar de manera escrita dichas conclusiones.</b></p>	<p><b>Al finalizar es necesario comentar y sacar conclusiones al respecto.</b></p>	<p><b>*Su hij@ adolescente no obedece, pelea con todos, se enoja fácilmente” etc.</b></p> <p><b>Una vez que pasó cada equipo, represento la problemática y dio solución al conflicto se discuten si son correctas o sugieren otras formas.</b></p> <p><b>El coordinador va anotando las ideas principales a manera de cuadro sinóptico o mapa mental en el pizarrón.</b></p> <p><b>Se solicita que escriban otra problemática que no se manejo en esta sesión y que quisieran comentar en la siguiente.</b></p>	
--	--	--	---	--

SESIÓN	OBJETIVOS	CONTENIDOS	DINÁMICAS	MATERIALES
7	<p>Realizar un ejercicio sencillo de Indefensión aprendida.</p> <p>Identificar la Indefensión Aprendida en algún acontecimiento en su vida.</p> <p>Fomentar acciones para evitar la Indefensión.</p> <p>Reflexionar sobre las consecuencias negativas que ocasiona la Indefensión.</p>	<p>La indefensión Aprendida es el estado psicológico que puede producirse cuando el individuo no puede controlar ni predecir los acontecimientos.</p> <p>Un niño que mantiene frecuentes experiencias de fracaso adquiere un aprendizaje negativo sobre sus expectativas de solución al problema.</p> <p>Como consecuencia acepta esta condición como algo natural, generalizando esta creencia a otros campos de desarrollo, como el escolar social y familiar.</p>	<p>Experimento “Indefensión Aprendida”</p> <p>Se les pide a los participantes sentarse en filas.</p> <p>Se les reparte una tarjeta con letras para que formen palabras.</p> <p>Se les indica que deben hacer cada una hasta que se dé la orden.</p> <p>A la mitad del grupo se les da letras fáciles y a la otra mitad imposibles de hacer, sólo la última palabra es igual para Todos, ellos no lo saben.</p> <p>Se les pide levanten la mano cuando terminen para continuar hasta que haya terminado la mayoría.</p>	<p>Tarjetas con 5 letras para formar palabras.</p> <p>Diferentes para cada equipo.</p>

		<p>Niños, adolescentes y adultos presentan indefensión cuando no pueden controlar algunas acciones.</p> <p>“La escuela de los Animales” es una lectura en donde se muestra cómo surge la Indefensión Aprendida.</p> <p>En algunas ocasiones fomentamos dicha Indefensión en nuestros hijos.</p> <p>Seligman, M. estudió la Indefensión para lo cual realizó un experimento con un grupo de perros.</p> <p>Las consecuencias de la Indefensión son negativas por lo que es importante conocerlas para evitarlas.</p>	<p>La mitad del grupo que tiene las palabras difíciles no puede hacer ya ni la última que sí es posible.</p> <p>Se explica el experimento y se identifica como se presentó la Indefensión Aprendida.</p> <p>Se realiza la lectura “La Escuela de Animales” de manera colectiva, identificando en donde surge la Indefensión Aprendida.</p> <p>Reflexionar sobre sus consecuencias.</p> <p>Tarea: Escriban algunas acciones que hayan realizado con sus hijos con las cuales puedan propiciar la indefensión.</p>	<p>Lectura impresa (Apéndice 7)</p>
--	--	---	--	-------------------------------------

SESIÓN	OBJETIVOS	CONTENIDOS	DINÁMICAS	MATERIALES
<b>8</b>	<p>Conocer estrategias para evitar la indefensión Aprendida.</p> <p>Practicar las estrategias proporcionadas.</p> <p>Aplicar lo sugerido en la vida cotidiana.</p>	<p>La Resiliencia es la capacidad que tienen los seres vivos para sobrevivir a situaciones conflictivas.</p> <p>La confianza y solidaridad de otros, ya sean amigos, maestros o tutores, es una de las condiciones para que cualquier ser humano pueda recuperar la confianza en sí mismo y su capacidad de afecto.</p> <p>Se puede ser Resiliente al enfrentar la realidad y afrontarla con ayuda y afecto.</p> <p>El apego seguro, la toma de conciencia de la realidad y el apoyo social son herramientas para la Resiliencia.</p>	<p>Presentación de videos acerca de la Resiliencia.</p> <p>Comentarios y dudas que surjan.</p> <p>Ejemplos que conozcan donde haya resiliencia y compartirlo.</p> <p>Presentación de Videos donde se presenta El Apego Seguro, LaToma de Conciencia y El Apoyo Social.</p> <p>Canción “Color de Esperanza” Comentarla como cierre de sesión.</p>	<p>Cañón, videos.</p> <p>Grabadora, disco, canción impresa.</p>

SESIÓN	OBJETIVOS	CONTENIDOS	DINÁMICAS	MATERIALES
<p style="text-align: center;"><b>9</b></p>	<p>Propiciar un ambiente de confianza y participación entre padres e hijos.</p> <p>Interactuar padres con hijos en diversas actividades.</p> <p>Aplicar lo aprendido en las sesiones pasadas.</p>	<p>El realizar actividades con los hijos fortalece las relaciones familiares.</p> <p>El diálogo y la comunicación, propicia la confianza entre padres e hijos.</p> <p>El escuchar, opinar, sugerir y aceptar de manera recíproca con respeto y afecto propicia las buenas relaciones.</p> <p>Existen un sinnúmero de juegos y dinámicas que fortalecen la convivencia familiar.</p>	<p><b>“BARRIENDO PELOTAS”</b></p> <p>Se forman dos equipos: “Astros” y “Estrellas”, uno de puros padres y el otro de hijos.</p> <p>Se asigna un número igual a cada integrante 1-1 2-2, etc. se forman en filas y en el centro, en medio de las dos filas se coloca una pelota y dos escobas.</p> <p>Cuando el conductor diga un número (por ejem. 5) el 5 de padres y el 5 de hijos corren por la escoba para barre la pelota y anotar gol en la portería correspondiente.</p> <p>Solo pueden anotar utilizando la escoba.</p> <p>Se dicen varios números para que participen la</p>	<p>dos escobas, una pelota y dos sillas acostadas como porterías.</p>

			<p>mayoría, se crea un ambiente de participación y entusiasmo.  <b>Gana el equipo que anota más goles.</b></p> <p><b>Se realiza “BASTA FAMILIAR”</b>  <b>Es la conocida pero es por pareja padres con hijos.</b>  <b>3 o 4 letras según el tiempo y ganan los que acumulen mayor puntuación.</b></p> <p><b>Al final se comentan cómo se sintieron, qué opinan al respecto y se refuerza la participación y el entusiasmo</b></p> <p><b>Se sugiere realicen actividades lúdicas más seguido con sus hijos.</b></p>	<p><b>Hojas , lápices</b></p>
--	--	--	---	-------------------------------

SESIÓN	OBJETIVOS	CONTENIDOS	DINÁMICAS	MATERIALES
10	<p>Compartir sus experiencias del taller.</p> <p>Identificar logros.</p> <p>Comentar lo que se aprendió.</p>	<p>Repaso de los temas vistos:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Estilos de crianza</li> <li>• Marcar límites</li> <li>• Adolescencia</li> <li>• Indefensión aprendida</li> <li>• Resiliencia</li> <li>• Estrategias</li> </ul>	<p>De manera grupal se comentan algunas características de los temas vistos.</p> <p>Se fomenta la participación.</p> <p>Exponen sus experiencias.</p> <p>Se recomienda guardar el material impreso para consultar cuando sea necesario.</p> <p>Se hacen compromisos y se cierra el taller con abrazos para todos.</p>	

## ALCANCES Y LIMITACIONES

### Alcances

**\*Al realizar los Talleres se incide en algunos padres, aunque sean pocos van cambiando sus acciones con resultados positivos.**

**\*En los talleres participan aquellos que tienen interés en mejorar sus acciones parentales lo cual augura buenos resultados.**

**\*Se puede realizar en escuelas primarias y secundarias accediendo a padres de familia que están a tiempo de utilizar las herramientas que se les proporcionan.**

**\*Puede ser de utilidad para aquellos que solicitan ayuda cuando sus hijos presentan problemas en la escuela.**

**\*Se puede sensibilizar a los participantes e inducirlos a la reflexión para empezar a actuar en beneficio de sus hijos.**

**\*La propuesta de este taller no va a cambiar el mundo pero si proporciona algunos elementos que pueden ser útiles**

### Limitaciones

**\*La mayoría de las veces no se puede acceder a un gran número de Padres de Familia debido a los horarios por el trabajo u otras actividades de los mismos.**

**\*En la mayoría de las ocasiones, los padres de familia de los niños que presentan problemáticas son los que menos participan en este tipo de talleres.**

**\*No existe suficiente personal especializado para impartir estos talleres.**

**\*Se requiere realizar estos talleres de manera recurrente para obtener resultados.**

**\*Es necesario un seguimiento de las problemáticas y el enlace de talleres con otras temáticas relacionadas con la formación de niños y Adolescentes.**

## CONCLUSIONES

Con base en los diferentes textos revisados se puede decir que la familia es determinante para la formación del adolescente y adulto futuro; Así como también el papel que juegan los estilos de crianza adecuados, ya que ayudan y fortalecen al niño para que logren ser seres humanos exitosos.

La mayoría de los padres de familia quieren a sus hijos y tratan de criarlos de acuerdo a su cultura, intuición o lo que vivieron ellos.

Sin embargo se manejan diferentes estilos de crianza en las familias y en ocasiones no son los adecuados, dando resultados negativos a largo y corto plazo.

Debido a que la mayoría de las veces los padres de familia no tiene la información necesaria para educar a sus hijos, ocasionan situaciones conflictivas y poco adecuadas que se complican cuando sus hijos llegan a la adolescencia.

Sabemos que la Adolescencia es una de las etapas del desarrollo humano más vulnerable ya que se encuentran en busca de su identidad, aunado esto a los cambios físicos, emocionales y sociales que se presentan, la Indefensión Aprendida puede ser un factor que los induzca a la deserción escolar, al embarazo no deseado, acercarlos a las adicciones, etcétera.

La Indefensión Aprendida puede presentarse en cualquier etapa de la vida, sin embargo representa mayor peligro en la Adolescencia si no se atiende a tiempo.

En este trabajo se revisaron diversas herramientas para prevenirla y evitar la Indefensión Aprendida.

Desde mi perspectiva el Estilo de crianza Democrático proporciona los elementos necesarios para que un niño crezca con afecto y seguridad para enfrentar los retos de su vida futura.

Es importante la calidad de la educación familiar, pero también la calidez de la misma.

Por otro lado existe la Resiliencia qué como también se mencionó, es la capacidad de salir adelante aún cuando se haya pasado por experiencias dolorosas y negativas en la infancia.

La Resiliencia nos brinda la oportunidad de reparar daños sufridos, enfrentar la realidad y afrontarla.

**La psicología nos proporciona elementos para identificar la Indefensión Aprendida, los estilos de crianza y la Resiliencia para utilizarlos adecuadamente en los casos que sean necesarios.**

**Con base en lo anterior y con el objetivo de proporcionar a los padres y madres algunas herramientas que les ayuden en esa difícil tarea de ser padres, se plantea un Taller.**

**En el cual se proporcione la información necesaria para identificar estos aspectos y a la vez opciones o sugerencias que les ayuden a enfrentar dichas problemáticas.**

**Tal vez el identificar los errores en la crianza y conocer algunas alternativas, pueden fortalecer su quehacer parental.**

**El concepto de Resiliencia es relativamente nuevo, se ha empezado a utilizar con más frecuencia últimamente, por eso es importante conocer sus características y beneficios que puede tener.**

**Tomando en cuenta tres aspectos que caracterizan a la Resiliencia: el Apego seguro, Aceptación de la realidad y El apoyo social podremos utilizarla como herramienta en la crianza de los hijos y ayudar a formar niños y adolescentes felices y seguros de sus acciones.**

**En mi experiencia un taller no cambia el mundo pero si proporciona herramientas útiles para algunos padres que tienen interés en mejorar.**

**Este taller pretende sensibilizar, informar y sugerir estrategias a los padres de familia para que tengan resultados positivos en su desempeño parental.**

**Es claro también que no solo los padres son responsables, pues existen un sinnúmero de factores en el medio que influyen de manera positiva o negativa.**

**Considero que es importante participar en un cambio que favorezca a los niños y futuros adolescentes, conocer lo que han padecido muchos adolescentes y no hacer nada para ayudar no es correcto.**

**Por tal motivo la propuesta del Taller, pretende informar y concientizar a algún padre, madre o educador acerca de una crianza responsable y respetuosa que pueda ayudar a su mejor desempeño y por ende mejores niños y adolescentes.**

## REFERENCIAS

- Aberastury, A y Knobel, M. (1999). *La adolescencia normal*. México: Paidós.
- Aguilar, J., Vallejo, A. y Valencia, A. (2002). *Influencia de los estilos de paternidad sobre la autonomía, la autoeficacia y el desempeño escolar entre estudiantes universitarios*. Trabajo presentado en el X Congreso Mexicano de Psicología.
- Aguilar, J. Valencia, A. y Romero, P. (2003). *Influencia de los estilos parentales sobre variables del desarrollo psicosocial del adolescente*. Trabajo presentado en el XI Congreso Mexicano de Psicología.
- Ausubel, D. P. (1983). *El desarrollo infantil*. Barcelona: Paidós.
- Bagley, B. (2003). *Las relaciones internacionales en México. Algunas reflexiones sobre el estudio de América Latina y México en Estados Unidos*. Radio UNAM.
- Barba, Q. M. J., Lavigne, C. R., Puerta, R. S. et al. (2002). *Estilos educativos y conductas adictivas. ¿Cómo se relacionan los estilos educativos parentales y las conductas adictivas?* Universidad de Málaga España.
- Barudy, J. y Dantagnan, M. (2005). *Los buenos tratos a la infancia*. Barcelona: Gedisa.
- Baumrind, D. (1968). Child care practices anteceding tree patterns of preschool behavior. *Genetic Psychology Monographs*.
- Baumrind, D. (1991a). The influence of parenting style on adolescent competence and substance use. *Journal of Early Adolescence*.
- Baumrind, D. (1991b). Parenting styles and adolescent development. En R. Learner, A. C. Petersen y J. Brooks Gunn (Eds.). *The Enciclopedia on Adolescence* New York: Garland.
- Beck, A. T. (1967). *Diagnóstico y tratamiento de la depresión*. México: Merck Sharp & Dohme International.
- Cerezo, M. A. y Trenado, R. M. (200). *Interacción temprana madre-hijo y factores que afectan negativamente a la parentalidad*. Lima: Prisma.
- Craig, G. (1997). *Desarrollo psicológico*. México: Prentice-Hall Hispanoamericana.
- Cyrułnik, B., (2001). *Los patitos feos. La resiliencia: una infancia infeliz no determina la vida*. Barcelona: Gedisa.
- Coleman, J. M. (1985). *Psicología de la Adolescencia*. Madrid: Morata.

- Deval, J. (1994). *El desarrollo humano*. Madrid: Siglo XXI.
- Díaz-Guerrero. R. (1997). *Psicología del mexicano*. México: Trillas
- Dulanto, G. E. (2000). *El adolescente*. México: Mc-Graw Hill. Interamericana, Asociación Mexicana de Pediatría.
- Figueroa, C. M. (2001). *Factores psicosociales y de personalidad asociados con el rendimiento académico en adolescentes del género femenino*. Tesis de Maestría, Facultad de Psicología. UNAM. México.
- García, B. A. R. (2002). *La influencia de la familia y el nivel de depresión hacia el consumo de drogas en los adolescentes en la ciudad de México*. Tesis de Licenciatura, Facultad de Psicología, UNAM, México.
- Garrido, V. y López, M. J. (1995). *La prevención de la delincuencia: el enfoque de la competencia social*. Valencia: Tirant lo Blanch.
- Girardi, C. (1993). Comparación del control, atribución y desesperanza entre las culturas mexicana y brasileña. *Revista de la Facultad de Psicología UNAM*. México.
- Goleman, D. (1996). *Inteligencia emocional*. Barcelona: Kairós,
- González , N. (2001). *Psicopatología de la adolescencia*. México: Manual Moderno.
- Gutiérrez, M. y Musitu, G. (1984). Disciplina familiar, rendimiento y autoestima. *Actas Jornadas Nacionales de Orientación Profesional*. México.
- Kimmel, D. C. y Weiner, I. B. (1998). *La adolescencia una transición del desarrollo*. Barcelona: Ariel.
- López, F. (1993). El apego a lo largo del ciclo vital. En: Ortiz Barón, J. y Yarnoz Yaben, S. *Teoría del apego y relaciones afectivas*. Bilbao: Universidad del País Vasco.
- Lafosse, V. (2002). *Definiciones y funciones de la familia*. Lima: Promudeh
- López Gil, M. (2005). *Dinámicas grupales*. México: Gil Editores.
- López, J. S., Martín, M. J. y Martín, J. M. (1998). *Consumo de drogas ilegales*. Madrid: Entinema.
- Musitu, G., Buelga. S., Liia, M., y Cava, M. J. (2001). *Familia y adolescencia*. Madrid: Síntesis.
- Morales, F. (1994) *Psicología Social*. México, D. F: Mc Graw Hill.
- Moreno, M. C. y Cubero, R. (1990). Relaciones sociales: Familia, escuela, compañeros. Años preescolares. *Desarrollo Psicológico y Educación, 1*. Madrid.

- Oliver, A. y Parra A. (2004). *Contexto familia y desarrollo psicológico durante la Adolescencia*. Madrid: Prentice-Hall.
- Papalia, D., Duskin, F. y Wendkos, O. (2002). *Desarrollo Humano*. México: Mc.Graw-Hill.
- Poletti, R. y Dobbs, B (2005). *LA RESILIENCIA: El arte de surgir a la vida*. México D.F: Lumen México.
- Seligman, M. E. P. (2000). *Indefensión*. Barcelona: Debate.
- Seligman, M. (2004). *Cómo ser resiliente*. Barcelona: gedisa.
- Soria, M., Otamendi, A., Caño, A. y Naranjo, R. (2004). Las atribuciones de incontrolabilidad en el origen de las expectativas de desesperanza en adolescentes. *Revista Psicothema*. Vol. 16, No. 3. México.
- Steinberg, L., Dornbusch, S., Lamborn, S. & Mounts, N. (1994). Impact de parenting practices on adolescent achievement: Authoritative parenting, school involvement and encouragement to succeed. *Child Development*, 63, 1266-1281. Mac Graw-Hill College.
- Tierno, B. (1992). *Ser buenos padres. Escuela de padres*. Madrid: Paulinas.
- Tortota, G. y Anagnos T. (1998). *Principios de Anatomía y Fisiología*. México D. F: Prentice-Hall.
- Vallejo, A., Aguilar, J. y Valencia, A. (2002). Estilos de paternidad en padres totonacas y promoción de autonomía psicológica hacia los hijos adolescentes. *Psicología y Salud*. 12. México.

**A**

**P**

**É**

**N**

**D**

**I**

**C**

**E**

**S**

## APÉNDICE 1

### PREGUNTAS DE REFLEXIÓN

¿Qué tanto se conocen ustedes mismos? ¿Cuáles son los sentimientos o emociones que tienen con mayor frecuencia?

- ¿Tienen algún “sueño” en la vida? - ¿Sabén en qué son fuertes y en qué son débiles? (fortalezas o debilidades)

- ¿Qué los pone tristes o enojados?- ¿Cuáles son sus metas en la vida?

¿Conoce a su hijo?

1. ¿Cuál es la fecha del cumpleaños de su hij@?
2. ¿Cómo se llama el mejor amig@ de su hij@?
3. ¿Cuál es la materia de estudio que más le interesa a su hij@?
4. ¿Cómo se llama el maestro de su hij@?
5. ¿Cuál es la actividad favorita de su hij@?
6. ¿Cuál es la mayor habilidad/disposición de su hij@?
7. ¿En qué situaciones se siente seguro su hij@?
8. ¿En qué situaciones se siente inseguro su hij@?
9. ¿Qué es lo que más le desagrada a su hij@ de usted?
10. ¿Qué es lo que su hij@ más admira en usted?
11. ¿Cuál es la persona favorita de su hij@ en la familia?
12. ¿Qué clase de lecturas prefiere su hij@?
13. ¿Cuál ha sido el momento más feliz de la vida de su hij@?
14. ¿Cuál ha sido el momento más triste en la vida de su hij@?
15. ¿Qué actividades le gustaría a su hij@ compartir con usted?
16. ¿A qué le tiene miedo su hij@?
17. ¿En este momento qué es lo que más necesita su hij@ de usted?
18. ¿Qué piensa su hij@ acerca del amor?
19. ¿Qué comida le gusta más a su hij@?
20. ¿Qué planes y proyectos futuros tiene su hij@?

## APÉNDICE 2

### “EL PATITO FEO” (ADAPTACIÓN)

Como saben muy bien, el patito nació todo lo feo que su especie podía permitirle, sin tener que dejar de llamarle pato. Era menudo, peloncillo, patizambo y cobarde, hasta tal punto que la señora pata no recordaba cosa igual en su larga experiencia de maternidad. Ella había encubado más de setenta huevos. Alguien dijo que el patito nació de un huevo de cisne.

Y el señor pato y la señora pata se lo creyeron al principio. Luego se vió claro que no. El huevo era de pato y había sido un huevo normal como todos los huevos de pato. El primero en desilusionarse fue el señor pato.

Era un ejemplar de macho, que con su mal genio y sus poderosos graznidos tenía en jaque a todos los habitantes del corral. Qué vergüenza! -refunfuñaba a toda hora-. Con lo fuertes y hermosos que han sido todos tus hermanos!

Y el señor pato decidió acelerar el proceso de desarrollo y el fortalecimiento de su criatura. -Vamos a poner a prueba tus pulmones -gritaba-. Imítame con todas tus fuerzas. Y el señor pato lanzaba un poderoso cua--cuá terrorífico que dejaba el corral en estado cataléptico.

El patito procuraba imitarlo, pero su grito no era más sonoro que el chillido de un conejo. – Otra vez! -vociferaba encolerizado el celoso educador-. Otra vez y mil veces hasta que te salga un vozarrón como la trompeta del juicio!

El patito intentaba inútilmente obedecer y su fracaso adquiría entonces carácter de tragedia; los insultos y palmetazos llovían sobre su cuerpo y las pocas plumas de su cabeza volaban por el aire.

Al agua patos! -ordenaba el señor pato. Y la recua se zambullía en la presa del molino. Era una escuadra de barquitos amarillos. El señor pato marcaba el tiempo de la marcha y todos debían someterse a su ritmo sin desfallecer.

Pero el patito, a los pocos minutos, sentía tremendos calambres en las patas. ¡Pues te aguantas los calambres y sigues nadando hasta que yo lo ordene! -Gritaba furiosamente el manager-.

A punto estuvo el pequeño palmípedo de ser arrastrado por la corriente y fue necesaria la intervención de toda la familia para arrancarle de las garras del remolino.

Cuando comenzó el colegio, el señor pato tuvo especial interés en presentar personalmente sus hijos al profesor. - Quiero que el día de mañana sean unos patos de provecho.

En cuanto a éste -y señalaba al patito-, no nos hacemos muchas ilusiones. Es el más tonto de todos los hermanos.

Se lo pongo en sus manos para ver si lo despabila. En todo caso no le vendrán mal unos palmetazos cuando lo crea oportuno.

El maestro no se hizo repetir la orden y consideró oportuno propinarle una ración diaria de palmetazos, amén de ponerle en ridículo delante de toda la clase bajo cualquier pretexto.

Un día, el patito se contempló en un trozo de espejo. Verdaderamente todos tenían razón: era más feo y más raquítrico de lo que él había imaginado y pensó que una criatura tan horrible no tenía derecho a estropear el mundo de los demás.

Antes de tomar una decisión, arrancó una plumita de su ala y escribió en una hoja de plátano: 'Querido padre: yo no tengo la culpa de que un huevo de pato te haya hecho concebir tantas ilusiones.

Verdaderamente el hijo debería ponerte sobre aviso cuando la madre pata se pone a encubar.

Luego ocurre lo irremediable. 'Yo no podía pedirte que me llamaras guapo o inteligente. Me bastaba que fueras capaz de perdonar mi debilidad. ' Si esto te consuela, estoy arrepentido de haber sido tan feo, tan débil y tan tonto.

Y el patito dejó la carta en el corral. Y luego se fue a bañar a la presa del molino, donde, de cuando en cuando se formaba aquel extraño remolino.....

## REFLEXIÓN

1. ¿Qué frases le impactaron más y por qué?
2. ¿Escriba las frases más frecuentes del señor pato y que también utilizamos los padres en la vida diaria.
3. ¿Por qué cree que el padre actúa así con el patito?
4. ¿Cuál es la moraleja de la fábula?
5. ¿Habrá alguna posibilidad de cambio? ¿Cuál? Escríbala.

(Recuerden guardar todo lo escrito en su sobre.

## APÉNDICE 3

### ¡NO BASTA!

**No basta traerlos al mundo porque es obligatorio porque son la base del matrimonio o porque te equivocaste en la cuenta.**

**No basta con llevarlos a la escuela a que aprendan porque la vida cada vez es más dura ser lo que tu padre no pudo ser.**

**No basta que de afecto tú le has dado bien poco todo por culpa del maldito trabajo y del tiempo.**

**No basta porque cuando quiso hablar de un problema tú le dijiste niño: "será mañana es muy tarde, estoy cansado".**

**No basta comprarle todo lo que quiso comprarse el auto nuevo antes de graduarse que viviera lo que tú no has vivido.**

**No basta con creerse un padre excelente porque eso te dice la gente a tus hijos nunca les falta nada.**

**No basta porque cuando quiso hablarte de sexo se te subieron los colores al rostro y te fuiste.**

**No basta porque de haber tenido un problema lo habrías resuelto comprando en la esquina lo que había, lo que había.**

**No basta con comprarle curiosos objetos no basta cuando lo que necesita es afecto aprender a dar valor a las cosas porque tú no le serás eterno.**

**No basta castigarlo por haber llegado tarde si no has caído ya tu chico es un hombre ahora más alto y más fuerte que tú que tú...**

## APÉNDICE 4

### EL EXTRAÑO CASO DEL CANGURITO

Cangurito se asomó al exterior desde el bolsillo de mamá cangura, Huum Qué grande es el mundo! Cuándo me dejarás salir a recorrerlo? 'Yo te lo enseñaré sin necesidad de que salgas de mi bolsillo.

No quiero que conozcas malas compañías, ni que te expongas a los peligros del bosque. Yo soy una cangura responsable y decente. Cangurito lanzó un suspiro y permaneció en su escondrijo sin protestar.

Ocurrió que Cangurito empezó a crecer y lo hizo de tal manera que el bolsillo de mamá cangura se rompió por todos lados.

Te prohíbo que sigas creciendo! Y Cangurito obediente, dejó de crecer en aquel instante.

Dentro del bolsillo de mamá Cangura, comenzó Cangurito a hacer preguntas acerca de todo lo que veía. Era un animalito muy inteligente y mostraba una clara vocación de científico.

Pero a mamá Cangura le molestaba no encontrar a mano las respuestas necesarias para satisfacer la afanosa curiosidad de su pequeño hijo. Te prohíbo que vuelvas a hacer más preguntas! Y Cangurito que cumplía a la perfección el cuarto mandamiento, dejó de preguntar y con cara de cretino aceptó la orden de su madre.

Un día, las cosas estuvieron a punto de volver a su normalidad. Ocurrió que Cangurito vio cruzar ante sus ojos una cangurita de su misma edad.

Era el ejemplar más hermoso de la especie. Mamá quiero casarme con esa cangurita. Oh! ¿Quieres abandonarme por una cangura cualquiera? Este es el pago que das a mis desvelos. Te prohíbo que te cases! Y Cangurito no se casó.

Cuando mamá cangura murió, vinieron a sacar a Cangurito del bolsillo de la difunta. Era un animal extrañísimo. Su cuerpo era pequeño como el de un recién nacido, pero su cara comenzaba a arrugarse como la de un viejo animal. Apenas tocó la tierra, su cuerpo se bañó en un sudor frío.

Tengo... tengo miedo a la tierra, parece que baila a mi alrededor. Y pidió que le metiesen en el tronco de un árbol. Cangurito pasó el resto de sus días asomando el hocico por el hueco del tronco.

De cuando en cuando se le oía repetir en voz baja: "Verdaderamente, qué grande es el mundo!...

## REFLEXIÓN

¿Con qué acciones de la lectura se identifica usted?

¿Cree usted que la mamá actuaba correctamente?

¿Los niños tienen la capacidad de decidir por sí solos?

¿los padres deben dirigir todas las acciones de sus hijos?

¿De qué manera la mamá canguro perjudicó a su hijo?

¿Cuál sería la forma más adecuada de actuar?

La verdadera educación enseña a valerse por sí mismo, elegir lo importante; es decir enseña a tener una jerarquía de valores en el momento de tomar una decisión.

Ser libre es ser persona y actuar como tal, es dejar de ser esclavo de sí mismo, de las pasiones, egoísmos y dejar de someterse a los demás.

En el ámbito familiar esto quiere decir asumir la responsabilidad de ser padres y permitir a l@s hij@s que tomen sus decisiones y si se equivocan apoyarlos para que lo vuelvan a intentar y conviertan sus errores en aciertos.

La actitud sincera y total frente a la libertad es difícil, es peligroso no orientar, no dar criterios y sustituir decisiones del niño o del joven. Esto crea una falsa libertad fundada en actitudes que no favorecen la verdadera libertad interior.

## **APENDICE 5**

### **Cuestionarios para evaluar “Estilos de Crianza”**

- 1.- Motivo a mi hijo(a) a hablar de sus problemas.
- 2.- Disciplino a mi hijo(a) por medio del castigo más que usando la razón
- 3.- Conozco los nombres de los amigos de mi hijo(a)
- 4.- Encuentro difícil disciplinar a mi hijo(a).
- 5.- Felicito a mi hijo(a) cuando se porta bien
- 6.- Nalgueo a mi hijo(a) cuando es desobediente
- 7.- Juego y bromeo con mi hijo(a)
- 8.- Evito ofender o criticar a mi hijo(a) cuando actúa contrario a mis deseos
- 9.- Muestro simpatía cuando mi hijo(a) se encuentra herido(a) o frustrado(a).
- 10.- Castigo a mi hijo(a) quitándole privilegios con poca o ninguna Explicación
- 11.- Consiento a mi hijo(a).
- 12.- Brindo confianza y entendimiento cuando mi hijo(a) se encuentra triste
- 13.- Grito y rezongo cuando mi hijo(a) se porta mal
- 14.- Me porto tranquila y relajada con mi hijo(a).
- 15.- Permito que mi hijo(a) moleste a otro
- 16.- Le explico a mi hijo(a) lo que espero de él (ella) antes de que inicie una actividad.
- 17.- Ofendo y critico para que mi hijo(a) mejore.
- 18.- Muestro paciencia con mi hijo(a).
- 19.- Jalo con fuerza a mi hijo(a) cuando es desobediente

- 20.- Amenazo con castigar a mi hijo(a) y no lo cumplo**
- 21 Estoy atenta a los deseos y necesidades de mi hijo(a).**
- 22.- Permito a mi hijo(a) establecer las reglas de la familia**
- 23.- Discuto con mi hijo(a)**
- 24.- Tengo confianza de mis habilidades para educar a mi hijo(a).**
- 25.- Explico a mi hijo(a) las razones de las reglas que deben ser obedecidas**
- 26.- Me preocupo más de mis propios sentimientos que de los sentimientos de mis hijos**
- 27.- Le digo a mi hijo(a) que aprecio sus logros o sus intentos de lograr algo**
- 28.- Castigo a mi hijo(a) llevándolo(a) a un lugar aislado con poca o ninguna explicación.**
- 29.- Ayudo a mi hijo(a) a entender el impacto de la conducta motivándolo(a) a que hable acerca de las consecuencias de sus propias acciones**
- 30.- Temo que disciplinar a mi hijo(a) cuando se porte mal provocará que no me quiera.**
- 31.- Tomo en cuenta los deseos de mi hijo(a) antes de pedirle que haga algo.**
- 32.- Exploto en enojo con mi hijo(a).**
- 33.- Me doy cuenta de los problemas y preocupaciones que tiene mi hijo(a) en la escuela.**
- 34.- Antes castigaba más frecuentemente a mi hijo(a) que ahora.**
- 35.- Le expreso afecto a mi hijo(a) con abrazos, besos o al cargarlo(a).**
- 36.- Ignoro la mala conducta de mi hijo(a).**
- 37.- Empleo el castigo físico como una manera de disciplinar a mi hijo(a).**
- 38.- Disciplino a mi hijo(a) después de que se porta mal**

- 39.- Pido perdón a mi hijo(a) cuando comento errores al educarlo(a) 40 Le digo a mi hijo(a) que es lo que tiene que hacer
- 40.- Le digo a mi hijo(a) que es lo que tiene que hacer
- 41.- Me dirijo hacia mi hijo(a) cuando causa algún problema.
- 42.- Hablo y razono con mi hijo(a) cuando se porta mal.
- 43.- Doy una cacheteada a mi hijo(a) cuando se porta mal.
- 44.- No estoy de acuerdo con mi hijo(a).
- 45.- Permito que mi hijo(a) interrumpa a otros.
- 46.- Tengo tiempos agradables junto a mi hijo(a).
- 47.- Cuando dos niños se están peleando, primero los disciplino y después les pregunto por qué lo hicieron.
- 48.- Animo a mi hijo(a) a que libremente exprese lo que siente cuando no está de acuerdo conmigo.
- 49.- Premio a mi hijo(a) para que reconozca lo que hace bien.
- 50.- Ofendo y critico a mi hijo(a) cuando no hace bien lo que tiene que hacer
- 51.- Respeto las opiniones de mi hijo(a) al ayudarlo a que las exprese
- 52.- Mantengo reglas claras y estrictas a mi hijo(a).
- 53.- Le explico a mi hijo(a) como me siento con su buena o mala conducta
- 54.- Amenazo a mi hijo(a) con castigarlo(a) con poca o ninguna justificación.
- 55.- Tomo en cuenta las preferencias de mi hijo(a) al hacer los planes familiares.
- 56.- Cuando mi hijo(a) me pregunta por qué tiene que hacer algo, le contesto que porque yo lo digo, o porque soy su mamá y porque así lo quiero.
- 57.- Me muestro insegura sobre qué hacer ante la mala conducta de mi hijo

**58.- Explico a mi hijo(a) las consecuencias de su mala conducta.**

**59.- Demando que mi hijo(a) haga cosas.**

**60.- Cambio la mala conducta de mi hijo(a) hacia actividades más aceptables.**

**61.- Jalo a mi hijo(a) cuando es desobediente.**

**62.- Explico a mi hijo(a) las razones de las reglas.**

## **VALORACIÓN OBJETIVA DE ESTILOS DE CRIANZA**

*Conteste sí o no según considere.*

**1.-Los padres representan la única autoridad en el hogar por lo tanto el niño debe obedecer.**

**2.-Las normas en el hogar deben ser cumplidas por cada uno de los miembros.**

**3.-Es necesario, gritar y amenazar para que mis hijos puedan corregir su mal comportamiento.**

**4.- Si en un hogar se actúa con mano dura el respeto a la autoridad se garantiza.**

**5.- Los padres pueden lograr la disciplina conversando con los hijos.**

**6.- Al mostrar mi hijo renuencia a cualquier actividad lo obligo con advertencias o amenazas.**

**7.- Creo que los padres deben supervisar todas las actividades que realizan sus hijos.**

**8.- Confías en la capacidad de reflexión de tus hijos ante sus acciones.**

**9.-Cuándo mis hijos no ordenan sus cosas, lo hago yo, advirtiéndoles que ésta será la última vez.**

**10.- Si tus hijos se portan mal, les debes suspender temporalmente algunas diversiones.**

**11.- Ante el fracaso de tus hijos, les das la oportunidad para un nuevo intento.**

**12.- Prefiero darle a mis hijos lo que pidan antes de que llore o pataleé delante de mis amigos.**

**13.- La autoridad se pierde ante tanta expresión de besos y abrazos.**

**14.- Cuando tus hijos realizan buenas acciones los premias con palabras o expresiones de afecto.**

**15.- Resulta difícil manejar a los hijos con carácter fuerte.**

**16.- Cuándo los hijos cometen graves faltas, deben ser castigados físicamente.**

**17.-Es importante hacerles ver a tus hijos que es necesario esforzarse para tener éxito en la vida.**

**18.- Cuando los hijos se hacen adolescentes, el entendimiento entre padres e hijos se dificulta.**

## APÉNDICE 6

### YO TE SEGUIRÉ...

No me pidas más de lo que puedo dar, cada uno tiene su mayor anhelo.

No le quites alas a la libertad, porque ya he empezado a levantar el vuelo.

No me pidas más de lo que puedo dar, tengo a mano la alegría y la tristeza; me acompañan y me ayudan a cantar por eso, las dos se sientan en mi mesa.

Yo no puedo ser perfecto, tengo miles de defectos, tengo lágrimas, tengo corazón.

Si me pides que mejore, mis fracasos, mis errores, dame tiempo para ver si puedo andar.

Yo te seguiré, donde vayas tú y me quedaré a tu lado.

No me pidas más de lo que puedo dar, yo soy lo que ves, no soy más que vida. He escogido a mi cuerpo para descansar y seguirá camino alguno de estos días.

Yo prefiero darme tal y como soy con todas mis dudas y contradicciones. Yo no quiero fabricar una mentira para retenerte, para estar contigo.

Yo no puedo ser perfecto, tengo miles de defectos, tengo lágrimas, tengo corazón.

Si me pides que mejore, mis fracasos, mis errores, dame tiempo para ver si puedo andar.

Yo te seguiré donde vayas tú y me quedaré a tu lado...

Sólo una cosa te voy a pedir, no le hagas caso a mi melancolía. Algunos días es más fácil sonreír, pero este no es uno de aquellos días.

Yo te seguiré donde vayas tú, y me quedaré a tu lado...

## APENDICE 7

### HISTORIA DE UNA ESCUELA DE ANIMALES

Hace mucho los animales que vivían en una selva, decidieron hacer algo para sobrellevar las dificultades que su ambiente les ofrecía.

Ellos organizaron una escuela. En la primera reunión del Consejo Directivo se decidió que se iba a enseñar a correr, escalar, nadar, volar y gatear.

La Ley de la Selva establecía que todos los animales debían asistir a la escuela y tomar lecciones, pues esas actividades eran básicas para el completo desarrollo animal.

Comenzaron las clases y fueron todos muy contentos a la escuela.

Uno de los alumno era pato, un nadador excelente, mucho mejor que el instructor.

Al principio del año el pato fue considerado el mejor de la clase de natación y vuelo pero en la materia de gateo apenas lograba aprobar, y en carreras siempre estaba reprobando. Por ello lo obligaron a practicar después de clases, de tal manera que la práctica de natación se pospuso.

Se le recomendó que tomara clases especiales fuera del horario escolar. El pato tuvo que quedarse muchas horas para ejercitarse en las actividades en las que tenía dificultades, les dedicó tanto tiempo que tuvo que abandonar las clases de natación y vuelo para mejorar en carrera, gateo y escalamiento.

Tuvo que hacer tanto ejercicio extra que se le lastimaron las patas a tal punto que tuvo que dejar de nadar y volar.

Terminó el año aprobando apenas en natación y vuelo y teniendo que repetir el año siguiente escalamiento, gateo y carrera.

Otro alumno de la escuela fue un conejo. Empezó siendo superior en la clase de correr, después de unas clases se descompuso a causa del ejercicio hecho en las clases de natación, escalamiento y vuelo.

Al finalizar el segundo mes tuvo que abandonar la escuela (por bajo aprovechamiento), pues debió guardar reposo por problemas en las patas.

Un tercer alumno fue una ardilla voladora. Al principio fue excelente en escalar y volar, pero empezó a tener problemas en clase de vuelo, pues el instructor la obligaba a volar empezando desde el suelo (por considerar que

ese tipo de vuelo era el que se le exigiría en sus estudios superiores), en lugar de volar desde lo más alto de los árboles. Tuvo serias dificultades, pues cuando aprendía a nadar tuvo problemas cardiacos.

A fin de año no aprobó el curso y debió cambiar de escuela.

El cuarto fue un águila, que era muy activa por lo que tuvo serios problemas con el instructor que la disciplinaba severamente y la obligaba a escalar el árbol, subiendo por el tronco y no volando. Como insistió en hacerlo a su manera, a fin de año tuvo que presentar examen extraordinario de escalamiento.

Otro alumno fue un búho, que era muy inteligente y volaba bastante bien, pero en la escuela se dormía, pues resolvía las cuentas rápidamente y el instructor no dejaba que colaborase con sus compañeros. Por dormirse no aprendió cosas importantes y dejó de ir a la escuela.

Fue así que al terminar el año, en esa escuela no quedaron casi alumnos y tuvieron que cerrarla.

El instructor, muy preocupado dijo que estas cosas no pasaban cuando él era estudiante, tuvo que buscar otro trabajo.

Entonces los animales decidieron que debían realizar algo heroico por un nuevo mundo. Así que organizaron una escuela nueva.

En esta nueva escuela se permitió a cada animal desarrollar sus habilidades y los que eran mejores en cada área daban la clase: El pato, natación, el conejo carreras, la ardilla vuelo desde los árboles, etc.

De esa manera se desarrollaron y transmitieron sus enseñanzas a otros animales teniendo gran éxito ya que se permitió desarrollar las habilidades de cada uno respetando sus preferencias.

¿Qué opinas de la lectura?

¿Qué consideras que fue un error?

¿Cuál fue un acierto?

¿Alguna vez has actuado de esta manera?