



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES IZTACALA
Sistema de Universidad Abierta y Educación a Distancia

Manuscrito Recepcional

FAMILIA Y DESARROLLO HUMANO

REPORTE DE INVESTIGACIÓN TEÓRICA

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE:

LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

P R E S E N T A:

JOSÉ EDUARDO ZARZA MARTÍNEZ

Directora: Mtra. SELENE DOMÍNGUEZ BOER.

Dictaminadores:

Vocal: Mtra. ROXANA GONZÁLEZ SOTOMAYOR.

Secretaria: Mtra. LILIANA PATRICIA REVELES QUEZADA.

Suplente 1: Mtra. LILIANA HERNÁNDEZ MENDOZA.

Suplente 2: Lic. RAQUEL SILVA AGUAYO.



Los Reyes Iztacala Tlalnepantla, Estado de México, 02/06/2023



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.

Agradecimientos

El presente trabajo es dedicado a las personas más significativas en mi vida, sin su amor, consejos, paciencia, apoyo y confianza este logro no habría sido posible, esto es un reflejo del gran aporte que tienen en mi vida.

A mis hijos, Luciano e Isabella; por ser mi deseo y anhelo a ser mejor persona día a día por y para ustedes. Este trabajo es con mucho amor para ustedes, deseando sea una fuente de inspiración para hacer las cosas con amor, pasión y determinación. Gracias por elegirme como su padre, los amo con todo mi corazón.

A mi compañera de vida, por ser mi apoyo en los momentos más complicados de mi vida, siendo mi mejor amiga, confidente e impulsora para ser mejor persona, gracias Marce; sin ti este camino hubiese sido más complejo, tu, motivación, compañía y eterna confianza en mí, me acompañaron en cada momento en esta etapa de arduo trabajo.

A mis padres, sin ellos no sería la persona que soy el día de hoy, mi profundo respeto y agradecimiento eterno, por darme la vida, amor, valores, educación, formación y sobre todo por el respeto y apoyo en mis decisiones. Papá, desde el cielo espero te sientas orgulloso de tu hijo que te ama; hoy más que nunca entiendo las enseñanzas que me diste. Madre mía, gracias por ser quien eres, un ejemplo de vida, y amor incondicional para tus hijos, mis logros son reflejo de tu esfuerzo como madre. Para ti mi segunda madre Tany, todo tu aprecio, cariño y apoyo, lo llevo en mi corazón, eres parte esencial en mi vida.

A mis hermanos, Sandra, Diana y Arturo, mis grandes amigos y compañeros desde la infancia. Me llenan de orgullo con su respaldo y apoyo, tienen mi gratitud eterna, para mí

son una fuente de inspiración de ser una mejor persona como lo son ustedes, los valoro con todo mi corazón.

A mi Directora de manuscrito Selene Domínguez Boer, por tomarme como su pupilo, guiándome en este trabajo, con sus aciertos en las correcciones, siendo un ejemplo de un profesional en todos los sentidos y mejor ser humano. Maestra, se ha vuelto para mí, una inspiración a seguir con mi formación como terapeuta familiar.

A todos mis amigos, compañeros y maestros, con su compañía, asistencia, apoyo y comprensión, dejaron grandes enseñanzas en mi vida académica y personal, su presencia en esta etapa de mi vida fue invaluable, contribuyeron en gran medida en este aprendizaje, los valoro y aprecio.

A mi casa de estudios UNAM y a todos sus directivos por hacer posible el cumplir este tan anhelado título, la enseñanza que me llevo y la ética profesional que se me inculco, la honrará como digno representante de la máxima casa de estudio de México.

Por último, pero no menos importante, este manuscrito está dedicado a ti Lalo de nueve años que quería ser psicólogo; gracias eternas por no dejarte vencer ante los obstáculos que te puso la vida, por ser siempre fiel a tus valores llegando a este punto, logrando este anhelo profesional, hoy tomas el camino para el cual estas destinado.

A todos los anteriores, les brindo mi gratitud por ser parte de mi vida, por formar parte de mi crecimiento como persona, cada una de las páginas de este manuscrito recepcional, está dedicada a ustedes que me acompañaron durante todo este trabajo. Deseando se sientan orgullosos de mí, como lo estoy de ustedes, disfruten este manuscrito, pues está inspirado en todos ustedes mi familia por destino y mejor aún, por elección.

Índice

1 Resumen	1
1 Abstract.....	1
2 Introducción.....	2
3 Marco Teórico	3
3.1 Teoría general de los sistemas.	4
3.1.1 La Cibernética.....	5
3.1.2 La Teoría de la Comunicación.....	6
3.1.3 Modelos posmodernos.....	9
3.1.3.1 Construccinismo social.....	9
3.1.3.2 Terapia Narrativa.....	10
4 Planteamiento del problema.....	11
4.1 Justificación y relevancia	11
4.2 Objetivo general.....	13
4.2.1 Objetivos específicos.....	13
5. Desarrollo.....	14
5.1 Capítulo I La Familia	14
5.1.1 Definición de la familia	14
5.1.2 Roles internos de la familia	16
5.1.3 Tipos de familia	18
5.1.3.1 Familia tradicional.....	19
5.1.3.2 Familia en transición	20
5.1.3.3 Familias emergentes	20
5.2 Capitulo II Desarrollo Humano	24
5.2.1 Aspectos del desarrollo humano	25
5.2.1.1 Aspectos Físicos.....	26
5.2.1.2 Aspectos Cognitivos	27
5.2.1.3 Aspectos Psicosociales	27

5.2.2 Momentos del desarrollo humano	28
5.2.2.1 Gestación y parto	28
5.2.2.2 Recién nacido	29
5.2.2.3 Los primeros años de vida	29
5.2.2.4 Primera infancia	30
5.2.2.5 Segunda infancia	31
5.2.2.6 Adolescencia	31
5.2.2.7 Juventud	32
5.2.2.8 Adulthood	32
5.2.2.9 Senectud	33
5.3 Capítulo III. Ciclo vital de la familia.....	34
5.3.1 Relación del ciclo vital de la familia con el desarrollo humano	34
5.4 Formación de la pareja.....	35
5.4.1 Matrimonio	36
5.5 Expansión	37
5.5.1 Nacimiento del primer hijo.....	38
5.5.2 Hijos en edad escolar	39
5.6 Consolidación y apertura.....	41
5.6.1 Hijos adolescentes	42
5.6.2 Desprendimiento de los hijos.....	43
5.7 Disolución.....	48
5.7.1 Nido vacío.....	48
5.7.2 Vejez y pérdida de la pareja	49
6 Capítulo IV Complicaciones	51
6.1 Principales complicaciones en el ciclo vital	53
6.1.1 Complicaciones en la formación de la pareja	54
6.1.2 Padres primerizos.....	54
6.1.3 Crisis de la infancia	55
6.1.4 Crisis en la adolescencia	56
6.1.5 Crisis del nido vacío	57
6.2 Perspectiva de género.....	57

7 Capítulo V Aportaciones.....	59
7.1 Estrategia de prevención ante las principales crisis en el ciclo vital de la familia.....	59
8 Conclusiones	68
Referencias.....	75

1 Resumen

Dentro del presente trabajo se abordan las características y problemáticas que tienen las personas que conforman un sistema familiar y las interacciones entre estos en sus distintas fases de desarrollo. Esto fundamentado desde el enfoque familiar sistémico identificando sus diferentes etapas en el ciclo vital, sus dificultades y problemáticas en cada una de ellas, así como la relevancia del sistema familiar para hacer frente a cada etapa guiando a un correcto desarrollo de los miembros de la familia. Finalmente, se proponen una serie de estrategias que asisten a padres de familia para superar posibles dificultades y de ser necesario buscar apoyo de un terapeuta familiar que ayude a solucionar problemáticas presentes o futuras.

Palabras claves: **Familia, etapas de desarrollo, ciclo vital familiar, complicaciones.**

1 Abstract

This paper addresses the characteristics and problems of the people who mate up a family system and the interactions between them in their different stages of development. This is based on the systemic family approach identifying their different stages in the life cycle, their difficulties and problems in each one of them, as well as the relevance of the family system to face each stage guiding a correct development of the family members. Finally, a series of strategies are proposed to assist parents to overcome possible difficulties and if necessary seek support from a family therapist to help solve present or future problems.

Keywords: **Family, stages of development, family life cycle, complications**

2 Introducción

En el presente trabajo se aborda el desarrollo humano, desde el momento de la concepción, y a lo largo de su vida en la cual se pasa por un proceso de cambio constante en el entorno en el que se desarrolla, volviéndose fundamental para sus relaciones en una variedad de escenarios sociales. Las familias juegan un papel fundamental en este proceso de desarrollo y, por lo tanto, los enfoques para abordar los roles de sus miembros son fundamentales para comprender su función en el marco de los sistemas y contextos en los que participan sus miembros. La familia es la primera y más cercana red de apoyo de las personas, por lo que es importante promover un entorno familiar saludable que proporcione los recursos necesarios para el buen desarrollo personal y social del individuo (Cardona et al., 2015).

La familia tiene como principal objetivo el proceso de humanizar y dar valores a sus integrantes, ya que se aprende por medio del entorno en el que cada uno vive, aprende a relacionarse interactuando con otras personas, por lo cual se aprende un sistema de valores determinado, roles sociales, reglas y donde se forma una propia identidad, con ello los padres a partir de su educación moldean los comportamientos que consideran favorables y positivos en sus hijos (Capano y Ubach, 2013).

El enfoque de este trabajo está basado en el modelo de terapia familiar sistémica, y como se llega a formar un sistema entre los individuos que lo conforman, señalando las premisas de la teoría general de los sistemas, la concepción de la familia, su ciclo evolutivo, la teoría de la comunicación humana, la cibernética de segundo orden y las etapas de crisis que vivencian los individuos dentro de su desarrollo humano.

3 Marco Teórico

La relevancia de este trabajo alude al entorno donde se desarrollan las personas, el cual influye en su desarrollo. Dado que cada individuo es engendrado por sus padres, que pueden o no hacerse cargo de él y acompañarlo con guía, protección emocional, física, mental y cultural. El individuo se desarrollará dentro del entorno de su familia. El concepto de familia actualmente tiene diversos tipos los cuales se mencionan a detalle más adelante. Lo que se pretende, es puntualizar la relevancia del entorno familiar en el desarrollo humano.

Antes de comenzar, se precisa la perspectiva desde la que se aborda la cuestión. Dicha perspectiva es la brindada por la teoría familiar sistémica; dado la relevancia que tiene en el ámbito psicológico y la perspectiva que aborda los problemas familiares, se considera pertinente como un modelo adecuado por la cual se rige el planteamiento de la relevancia de la familia en las diversas etapas de desarrollo de una persona.

En la terapia psicológica en un modelo tradicional, el terapeuta se centra en el individuo, dejando fuera el sistema en que una persona se desarrolla, por lo cual solo tiene una sola perspectiva de la situación; no obstante, en la terapia familiar sistémica, al igual que en los paradigmas asociados a ella, se considera todo el sistema familiar. Dentro de esta área se encuentran los trabajos de Jay Haley, Paul Watzlawick, Milton Erickson, Mara Selvini Palazzoli, el grupo de Milán, Shazer, Bill O'Hanlon, Michael White y David Epston, entre otros más (Villareal y Paz 2015).

Dentro de este trabajo se describen brevemente de los fundamentos teóricos de la terapia familiar sistémica considerándolo como es necesario para dar preámbulo al modelo teórico focalizado en las intervenciones de los procesos individuales y sistémicos dentro de

la familia. El núcleo familiar en sí forma un sistema semiabierto o semicerrado con reglas y parámetros explícitos o implícitos que determinan el desempeño y la dinámica. En particular, el núcleo familiar puede definirse como un sistema formado por individuos con rasgos de personalidad propios y compartidos que forman parte simultáneamente de otros sistemas más amplios (Minuchin y Fishman, 1993). Las principales ideas de la cibernética se pueden aplicar en cualquier ciencia, debido a que se relacionan con la coordinación, la regulación y el orden del control.

3.1 Teoría general de los sistemas.

La teoría general de sistemas fue iniciada e incorporada en 1968 por Ludwig Von Bertalanffy. Esta teoría agrega conceptos de la cibernética, la comunicación y las matemáticas, afirmando que no existe una verdad total o absoluta, la verdad se centra en el funcionamiento del sistema en el que opera, y que todo tipo de fenómenos son multifactoriales y requieren de colaboración, reivindicando importancia y tomando en cuenta que los organismos son sistemas abiertos que están en constante intercambio con su entorno, y que siguen estando sujetos a reglas diferentes en cada sistema que luchan por equilibrarse (Bertalanffy, 1976).

El concepto de sistemas se utiliza para referirse a diversos fenómenos, ya sean abstractos o determinados por entidades materiales, tales como sistemas de comunicación, ecosistemas, sistemas de control, sistemas educativos, sistemas sociales, etc. Su característica principal es que siguen estando compuestos por recursos de comunicación interdependientes. El análisis de sistemas examina sólo los sistemas activos que producen

comportamientos compuestos por actos interdependientes necesarios para lograr resultados definidos, guiados por capacidades de autorregulación y autocorrección mediante mecanismos de retroalimentación o también conocido como feedback (Cusinato, 1992).

3.1.1 La Cibernética

Louis Couffignal escribió un artículo en 1938 en el que definía la cibernética como el "arte de hacer efectiva la acción", valoraba como efectiva sólo la acción guiada, controlada hasta el último momento de la acción. Rosenblueth, en colaboración con N. Wiener, realiza investigaciones consistentes con el desarrollo de otros dispositivos lógicos y matemáticos necesarios para sustentar sus estudios sobre el dilema de crear armas capaces de reemplazar a los humanos. Wiener define la cibernética como la "ciencia de las máquinas que interpretan y transmiten comandos", en la definición integran recursos tales como: control y comunicación. El concepto de cibernética fue adoptado de estos estudios en el verano de 1947 (David, 1970).

La cibernética se ha empleado en la psicología en el análisis y entendimiento del control del comportamiento y la cognición de las personas por medio del cerebro y el sistema nervioso, estudiando cómo se recibe, procesa y responde a los estímulos exteriores.

Actualmente se habla que los sistemas complejos involucran un orden jerárquico de retroalimentación. A esta cibernética se la ha llamado, cibernética de segundo orden, segunda cibernética o cibernética de la cibernética. Este modelo da el salto de caja negra a caja negra más observador, permitiéndonos ampliar el campo de observadores y, en un

orden recursivo preeminente, el terapeuta pertenece al sistema total (López y Trujillo, 2004).

3.1.2 La Teoría de la Comunicación

La teoría de la comunicación se le considera un campo relativamente joven, el cual está integrado por otras disciplinas tales como la psicología, filosofía y la sociología y por ello es posible que no se tenga un acuerdo general conceptual sobre la comunicación entendida desde los diferentes campos antes mencionados.

La principal aportación de la Teoría de la Comunicación a la Terapia Familiar son los 5 axiomas que fueron desarrollados en la obra de Watzlawick, Beavin y Jackson (1981).

1. Es imposible no comunicar: Todas las acciones y conductas comunican, no sólo la comunicación puede ser por tono, verbal, postulada, entre muchas otras; por tanto, no sólo la comunicación puede ser consciente, efectiva e intencional, sino que se entiende que la no comunicación es imposible, por lo que cada momento nos comunicamos, incluyendo el silencio, debido a que puede transmitir poco interés por la comunicación.

2. Todo proceso de comunicación tiene un nivel de contenido y un nivel de interacción: este último define la interacción y se convierte así en una metacomunicación. La comunicación transmite tanto información como comportamiento. La conexión entre estos dos puntos es crucial porque las confusiones o contaminaciones entre comunicación y metacomunicación tienen la posibilidad de conducir a una doble relación patológica.

3. La puntuación de la secuencia de hechos: asegura que cada individuo comprenda los eventos vividos, su realidad o contexto de una manera particular. Estamos hablando de la forma personal en que cada individuo experimenta su realidad.
4. La comunicación es digital y analógica: en la comunicación digital, el término se utiliza para nombrar algo arbitrariamente, mientras que en la analógica se concentran todas las comunicaciones no verbales que utilizan el cuerpo humano como medio de comunicación.
5. Interacciones simétricas o complementarias: según estén basadas en la diferencia o en la igualdad. En una encontramos las relaciones complementarias y las simétricas se basan en la igualdad.

Cuando existe un grupo familiar, se debe tener en cuenta que el núcleo familiar se considera como un sistema en su conjunto, sin embargo, tiene subsistemas que quedan integrados a un sistema mayor como es la sociedad. En consecuencia, todos los subsistemas están en constante comunicación con los demás, y cada uno de ellos lucha por su autonomía y prevalencia.

En las intervenciones familiares se deben tomar en cuenta la complejidad que se tiene dentro de un sistema familiar, en la cual se debe considerar las interacciones entre los subsistemas, el tipo de composición familiar y la etapa del ciclo evolutivo en la que se encuentra (Carter y McGoldrick, 1999).

La terapia sistémica parte de la idea de que cada individuo forma parte de un determinado número de sistemas, es decir, una persona forma parte del sistema familiar, el escolar, laboral, etc. Debe tomarse en cuenta al núcleo familiar como un sistema completo, por lo que los subsistemas están integrados y estos permanecen en un sistema más grande como la sociedad. En consecuencia, todos los subsistemas están en constante relación con

los demás, y cada uno busca su soberanía y preservación (Polonio, Castellanos y Viana 2008). Los cuales proponen ser catalogados de la siguiente manera:

- **Microsistema.** Lo que una persona experimenta dentro de un entorno determinado.
- **Mesosistema.** Interacciones entre dos o más entornos en los que participa una persona.
- **Exosistema.** Son los sistemas en los que una persona no participa de manera activa, pero que de alguna manera le afectan.
- **Macrosistema.** Es la unión de todos los anteriores.

De acuerdo con Polonio, Castellanos y Viana. (2008), no solo es importante catalogar los sistemas sin conocer las propiedades de estos, las cuales son:

- **Totalidad.** Los cambios que hacemos en un sistema tendrán consecuencias en el resto de sistemas.
- **Equifinalidad y equicausalidad.** Por un lado, la equifinalidad hace referencia a que un sistema puede obtener un resultado similar al de otro que ha tenido condiciones distintas en su inicio. En cuanto a la equicausalidad se refiere a que unas mismas condiciones de inicio pueden hacer que se obtengan distintos resultados.
- **Retroalimentación.** Siempre se puede adaptar lo que hacemos porque cuando realizamos algo en un sistema veremos qué consecuencias tiene en él.

Teniendo en cuenta todo lo anteriormente mencionado, da lugar a la relevancia que se tiene de tener presente a la familia como sistema, pero existen en ella subsistemas, por lo que la familia es un subsistema de lo que es una familia extensa, y esta forma un subsistema de la comunidad. De tal modo que cada uno de los subsistemas se encuentran en constante

interacción con los demás, buscando cada uno su autonomía y conservación (Villarreal y Paz, 2015).

3.1.3 Modelos posmodernos

Los avances de diferentes investigadores en la psicología llevan a tener nuevas perspectivas que nutren, acoplan y complementan teoremas ya existentes, con el trabajo de nuevos modelos posmodernos quienes aportan nuevas visiones y fortalecen al enfoque sistémico. En los últimos veinte años, los modelos posmodernos se han instalado en diversas áreas de las ciencias y de forma importante en la psicología, la llamada "posmodernidad" ha propuesto importantes cambios en los conceptos de las ciencias sociales (Feixas y Villegas, 2000).

Para Sánchez (2002), la terapia familiar es una disciplina que busca dar respuesta a los interrogantes que surgen de una necesidad a un posconflicto, debido a que estas es una de las premisas de la posmodernidad, el enfoque sistémico toma esta nueva práctica sociocultural.

3.1.3.1 Construccionismo social

De acuerdo Magnabosco (2014), Gergen en la época de los setentas define al construccionismo social como un movimiento, con un intento de disolver el objeto tradicional de la psicología, sustituyendo la realidad de la mente y del comportamiento, por convenciones y recursos lingüísticos con una reflexión histórica y contextual como centro de la actividad en la psicología. Para Gergen. (1985) "el construccionismo social concibe el

discurso sobre el mundo no como un reflejo o un mapa del mundo, sino como un producto de la interacción social". (p 266)

El Construccinismo Social se considera un movimiento que apunta a la discusión de una ética y una política relacional, existente en el grupo familiar y en los demás grupos. Su dimensión ética enfatiza la importancia de las relaciones sociales como espacio de construcción del mundo (Shotter y Lannamann, 2002).

3.1.3.2 Terapia Narrativa.

Tomando en cuenta a Anderson (2003), la terapia narrativa tiene como principales exponentes son Michael White y David Epston, esta terapia se basan en la idea en darle sentido a las experiencias expresadas en narraciones o historias, dado que la gente se enfrenta a dificultades al vivir con historias dominantes y saturadas de problemas, es por ello importante deconstruirlos este enfoque de trabajo radica en conversaciones que externen la identificación de acontecimientos excepcionales, con el uso de preguntas del panorama de la acción, trabajo con testigos externos y uso de documentos terapéuticos. En la Terapia Narrativa se utiliza las preguntas externalizantes que faciliten separar a la persona del problema, dando así un nuevo significado a las situaciones ayudando a crear nuevas historias.

Es por ello que los terapeutas familiares toman en cuenta y deben tener presente la complejidad que existe en un sistema familiar, considerando la interacción entre sus subsistemas, el tipo de composición familiar, la etapa del ciclo familiar y si la familia está

atravesando un periodo de crisis, los roles y las pautas relacionales que se van elaborando entre los miembros de la familia (Linares, 2012).

4 Planteamiento del problema

Es recurrente escuchar o decir “nadie nos enseña a ser padres”, esta frase comúnmente escuchada hace referencia a la complicación que se tiene como padre, la cual encuentra diversas problemáticas en la crianza de sus hijos, en sus diferentes etapas. Dado que no se está preparado y sobre todo informado de los cambios que se generan en sus diversas etapas como familia.

La importancia de conocer las diferentes etapas en las que tanto los padres como los hijos se enfrentarán, características de estos y la forma en la que serán criados para manejar de la mejor forma posible los retos, cuando sienten que están fallando como padres, que están haciendo las cosas mal y empiezan a angustiarse dando origen a conflictos familiares no solo, entre padre e hijos, sino también entre los padres.

4.1 Justificación y relevancia

Una persona no puede nacer sola, ni está preparada para crecer y desarrollarse de esta manera, la familia es la unidad básica de la sociedad, por lo que una persona necesita una familia de origen, cónyuges y otro tipo de apoyo en su vida. Redes, influencias, mentores, estas figuras preparan y mejoran su desarrollo como individuos, el de su familia y

comunidad. La familia es la principal forma de conservar y transmitir los valores de los miembros (Villagómez, 2016).

Dentro de la psicología se estudian los cambios y la estabilidad de la persona a lo largo de las diferentes etapas de su vida, desde la infancia hasta su muerte. Explorando el cómo y el porqué de los cambios con la edad, del por qué estos cambios o bien, el por qué no se tienen (Papalia et al. 2012).

El grupo familiar sigue siendo la base fundamental para el crecimiento y desarrollo de los individuos, pero las características que posee cada familia para desempeñar las funciones de educación, desarrollo, apego, pertenencia y protección varían entre familias y sus integrantes, varían de familia a familia y son independientes de su configuración (Fruggeri, 2005; Aguilar, s.f.).

El conocimiento de las etapas del desarrollo del ser humano y su relación socio afectiva con la familia toma un rol determinante para el entendimiento de conductas y situaciones las cuales puedan favorecer el inculcar los valores, la educación y la adecuada conducta dentro de la sociedad. Construyendo un ambiente de protección, confianza, armonía, seguridad y respeto para así garantizar el desarrollo físico, psicológico y moral de quienes la integren, sobre todo de los hijos (Papalia et al., 2012; Fruggeri, 2005).

Teniendo en cuenta todo lo anterior, con un estudio de Dada Room, el cual toma datos de quienes buscan una renta compartida en las principales ciudades del país, en promedio los jóvenes mexicanos no están en condiciones de dejar el núcleo familiar sino hasta los 28 años 9 meses, tomando en cuenta el rango de edad más alto de 30 años 1 mes en la Ciudad de México, como referencia en Tuxtla Gutiérrez se tiene el rango menor de 27 años 11 meses para dejar el seno familiar (Martínez, 2018).

Por otra parte, en su más reciente estudio del INEGI el promedio de vida de una niña o niño al nacer es de 75 años; según la estimación del Consejo Nacional de Población (CONAPO), la esperanza de vida es de 78 años en mujeres y 72 años para los hombres (INEGI, 2020). Tomando como referencia estos datos, técnicamente los individuos viven bajo el núcleo familiar un 39% de total de su vida. Por lo cual la relación durante este tiempo toma relevancia en su desarrollo y desenvolvimiento social.

4.2 Objetivo general.

Identificar las características de las diferentes etapas de la vida por las que atraviesa una persona, así como la forma en la que éstas influyen en su entorno familiar y viceversa, para plantear estrategias que permitan enfrentar los principales retos y problemas experimentados en dichas etapas.

4.2.1 Objetivos específicos.

Conocer la definición de la familia, así como los tipos que existen de la misma.

Analizar el papel de la familia a lo largo de las diversas etapas de la vida de una persona.

Plantear estrategias que permitan enfrentar los principales retos y problemas que surgen en tales etapas.

5. Desarrollo

5.1 Capítulo I La Familia

Al paso de la historia de la humanidad la familia siempre se ha constituido como la unidad básica de la sociedad, en la cual es el medio principal para conservar, transmitir los valores, la forma en ir adoptando posturas y actitudes ante las distintas circunstancias de la vida en sus integrantes independientemente de las variaciones que presenta en cuanto a sus miembros y sus funciones, las cuales necesariamente se transforman de acuerdo al lugar y la época, (Villagómez, 2016).

La familia cumple funciones como la preparación para ocupar roles sociales, el control de los impulsos, la determinación de valores, el desarrollo de fuentes de significado, como la elección de metas de desarrollo personal, por la cual esta parte de la socialización permite que los niños se conviertan en miembros activos de la sociedad. La familia funciona como un sistema biopsicosocial diseñado para responder a las necesidades y las demandas de la sociedad, fungiendo como un espacio en el cual se favorece el desarrollo de capacidades para relacionarse con los demás, brindando protección, afecto y cuidado en la forma en que los padres fomentan el proceso de socialización (Simkin y Becerra, 2013).

5.1.1 Definición de la familia

El concepto de familia puede ser entendido de forma general, como un núcleo donde se desarrollan sus individuos fungiendo roles determinados en el mismo, para entender lo que engloba la importancia de la familia en el desarrollo humano es importante conceptualizar

diferentes aspectos. Para Estrada (2007), la familia es un sistema en el cual está entrelazado en sistemas del desarrollo humano como el psicológico, social, biológico y ecológico, en el cual se da el ciclo de la vida nacer, crecer, reproducirse y morir.

En la familia empieza el desarrollo de las personas como un individuo social, dado que con el conocimiento que adquiere en el hogar, esto sirve como una iniciación para introducirse dentro de un contexto específico, en donde se aprenden una serie de características que conjuntan lo más importantes para generar interacciones e integrarse en la vida en comunidad, es indispensable tener presente que la realidad social de la familia y la de la sociedad en sí, en ocasiones varía, ya que no es la misma realidad para ambos escenarios (Berger y Luckmann, 1999).

Desde el punto de vista de Simkin y Becerra (2013), la familia nuclear es una unidad conformada por uno o ambos padres y sus hijos, ya sean biológicos, adoptados o hijastros. Históricamente, la familia nuclear de padre y madre ha sido la dominante en la sociedad, actualmente los tipos de familia han adoptado características diferentes, por diversas causas, sin dejar a un lado la importancia del pilar fundamental que esta tiene en el entorno de los sujetos que lo conforman.

Dado lo anterior se puede mencionar que la familia es un pilar para el desarrollo humano, siendo personas compartiendo un proyecto de vida, brinda pertenencia a sus miembros y los acompaña durante su ciclo vital. Por lo que, desde su concepción el individuo requiere de cuidados por parte de su familia para proveer lo necesario socioeconómicamente para su nacimiento, de igual forma satisfaciendo sus necesidades afectivas, dando pauta a un adecuado desarrollo humano e integración a la sociedad, hasta

llegar a ser autosuficiente e iniciar su propio núcleo familiar (Berger y Luckman, 2009; Simkin y Becerra, 2013).

5.1.2 Roles internos de la familia

Al mencionar los roles dentro del núcleo familiar se habla de las funciones que desempeña cada miembro, resulta complicado determinar sus características debido a los cambios y dinámicas actuales dentro de las familias.

La familia, de igual forma funge un rol indirecto sobre la relación de los hijos y sus compañeros o amigos, por lo que es la propia familia y no el menor, quien elige el lugar para vivir, los vecinos, así como su comunidad, y es de acuerdo a estas interacciones y el comportamiento social del niño como se moldeará su personalidad y desarrollo. Por lo anterior se puede dar a entender, que es la familia el núcleo de la sociedad, puesto que, de ésta, los hijos aprenden a través de los vínculos que comparte con sus padres, de la misma forma en la cual influyen en sus creencias y el entorno que lo rodea (López y Guiamaro, 2016).

Los roles familiares se vuelven una parte fundamental de la estabilidad de la familia, dado que, rigen el funcionamiento de la sociedad, generacionalmente se ha vivido con el ideal de la familia nuclear, con un padre como figura de proveedor y la madre siendo la encargada del cuidado y educación de los hijos, los cuales están bajo el cuidado de sus padres hasta que se vuelvan autosuficientes. Es así cómo se constituyen los roles del núcleo familiar, donde se supone que, para cualquier padre de familia, la prioridad se centra en el

bienestar de los hijos, moldeando las conductas y la funcionalidad dentro de la familia (Eroles, 2000; López y Guiamaro, 2016).

Dentro de las familias actuales se llegan a mantener varias de las funciones tradicionales, como el control social, el transmitir conductas y valores para guiar el desarrollo de sus integrantes, las cuales generan un mecanismo de socialización inicial o primaria, por lo que conlleva a un proceso inicial de prácticas sociales, y que preparan a los hijos para su futuro rol como guía de su propio núcleo familiar (Bermúdez, 2014).

Al rol materno se le asignan las cualidades de educar, alimentar y cuidar a los niños, esto incluye la parte emocional. Por ello, el papel del educador también se ve muy afectado y es el primer vínculo en la socialización de los niños. Como señala Eroles (2000), las funciones maternas se relacionan principalmente con el afecto, el cuidado del cuerpo y sus funciones.

El rol del padre suele atribuirse a las funciones de sostén económico de la familia, es por ello que se le denomina proveedor y transmisor de las normas de la casa, con ello, los niños varones entienden sus roles en el hogar y sus funciones. Luego tendrá que desempeñarse como padre o madre (Bermúdez, 2014).

La llegada de los hijos en la familia pone a los padres frente a situaciones nuevas, de las cuales los niños aprenderán los ejemplos que les dan los padres, los niños se adaptan a la forma de vida que les propongan los padres, de la misma manera que les presentan nuevos retos a sus padres en su desarrollo humano. Según Eroles (2000), los niños conectan a las familias con el futuro, con nuevos proyectos buscando desafiar las estructuras establecidas y romper las anteriores, trayendo nuevas visiones del mundo hasta romper con el núcleo para formar sus propias historias familiares.

5.1.3 Tipos de familia

Existen diferentes clasificaciones del sistema familiar, sin embargo, en las sociedades de las que formamos parte, el tipo de familia más extendida es la familia nuclear, que es el punto de referencia. Para Polaino y García (1993), el término familia incluye un orden de categorías que deben ser consideradas en el contenido de varias ciencias, especialidades humanísticas primordiales que tienen sus propios criterios de familia, y además de la realidad que es un supuesto conceptual inevitable como son la filosofía, el derecho y la antropología.

Distintas ciencias, como la psicología social, la sociología, junto con la demografía y la estadística, nos permiten conocer a través de roles, atributos, aspectos y sesgos, criterios familiares que pueden generalizarse de una comunidad a otra; y, en última instancia, la interacción familiar y los criterios familiares compartidos implican ciertos valores éticos y religiosos (Merino, 2007).

Por tanto, para Polaino y García (1993) y para Merino (2007), plantearon que la familia nuclear es una construcción de la cultura, por lo que lo biológico y lo cultural no son mutuamente excluyentes, sino complementarios y condicionantes.

Las iniciativas familiares han ido cambiando a lo largo de los años, ya que la modernidad y la búsqueda de una economía estable, llevaron a las mujeres a ingresar al mundo sindical como apoyo al sustento familiar, lo que impactó negativamente en la dinámica familiar (Rodríguez, 2020).

En ese sentido, Terranova et al. (2019) sostienen que:

“La familia se establece como un sistema primario que proveerá las áreas antes descritas, al considerarla como una dimensión que permite la relación con otros. Lo cual incluye visualizar las dinámicas entre sus miembros, que estructuran y establecen la funcionalidad familiar, como la capacidad que tiene para mantener la congruencia y estabilidad ante la presencia de cambios o eventos que la desestabilizan”. (p.332)

Los tipos de familia se mostrarán englobados en tres grupos, los cuales comprenden los once tipos de familias propuestos por López (2016), en su investigación “Los once tipos de familia en México y sus porcentajes que representan en los hogares de mexicanos”.

5.1.3.1 Familia tradicional

Este tipo de familia es contemplado cuando está presente el padre, la madre y los hijos. En este rubro existen tres tipos: la familia con hijos, la familia con hijos adolescentes y la familia extendida, estas son aquellas en las que se incluye un familiar como pueden ser los abuelos o nietos. Según López (2016), en su estudio da a conocer que estos tres tipos de familias engloban el 50% de los hogares en México. La familia con hijos representa el 25.8%, el 14.6% la familia con adolescentes, y la familia extendida manifestó en su estudio el 9.6%.

5.1.3.2 Familia en transición

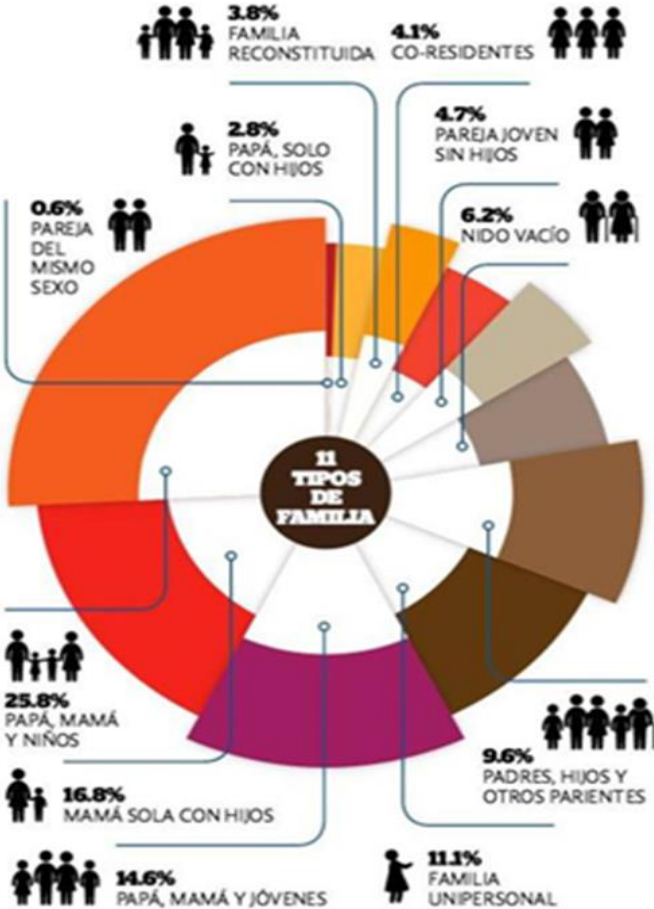
En este grupo encontramos cinco tipos de familias las cuales son: familias monoparentales, en donde se carece de una de las figuras paternas y se cuenta con hijos, comúnmente es la falta de la presencia del padre en el hogar. Las familias de parejas jóvenes que no han tenido hijos o han decidido esperar un tiempo más para tenerlos. Las familias de adultos mayores, en las cuales frecuentemente sus hijos ya formaron su propia familia, a este tipo de familia se le conoce como el “nido vacío”. Las familias unipersonales, así se denominan aquellos hogares en donde solo habita una persona. Finalmente, la familia de co-residentes, este hogar es el que encontramos un grupo de amigos que comparten la vivienda, está comúnmente es la familia que se le denomina por elección. Este sector representa el 42.9% de los hogares en México, compuesta de la siguiente manera: 16.8% de familia de madre soltera con hijos, pareja joven sin hijos el 4.7%, la familia de nido vacío representa el 6.2%, la familia de unipersonal el 11.1%, y por último la familia de formada por amigos representa el 4.1%. El aumento de este sector de familias crece en los años sesentas y setentas por factores poblacionales como la planificación familiar, la liberación sexual y el empoderamiento femenino.

5.1.3.3 Familias emergentes

Este sector de familias engloba a tres tipos, de los cuales han surgido a raíz de este milenio ya que se ha diversificado la forma de conformar un núcleo familiar como es la familia homoparental donde las cabezas de familia son del mismo sexo, representado por el

0.6%; padres solteros con hijos con el 2.8% y las familias reconstruidas, estas son las familias de los tuyos, los míos y los nuestros, las cuales se conforman por la pareja con hijos de una previa relación, y forman una nueva familia con o sin hijos, son las más amplias de este sector con 3.8%. Si bien este sector de familia representa el 7.1% del global de los tipos de familia es un sector que está en tendencia de crecimiento.

Figura 1. Los once tipos de familia en México



Nota. Adaptado de Los once estilos de familia en México. [Infografía]
<https://amai.org/revistaAMAI/47-2016/6.pdf>

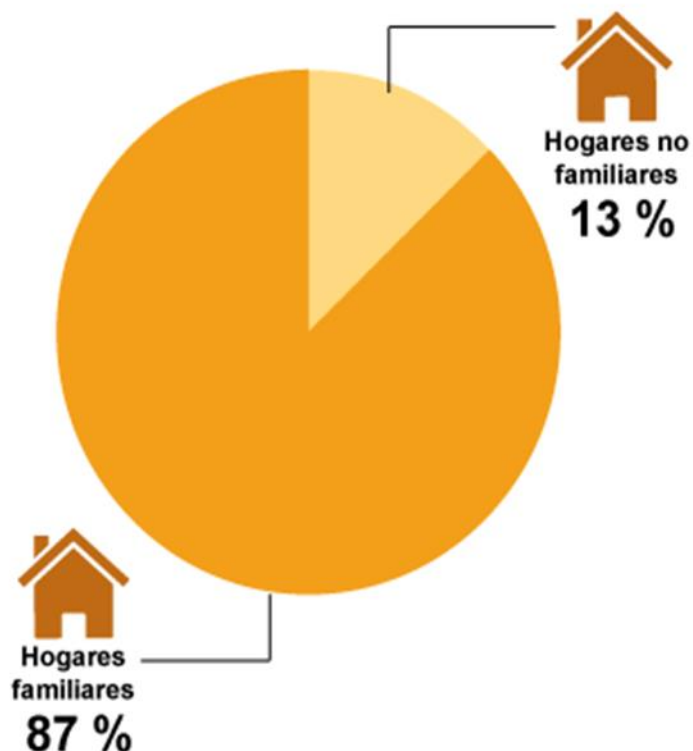
La familia constituye la unidad básica de la sociedad. Independientemente de las variaciones familiares como se acaba de delimitar, esta representa la interacción, formación y primer vínculo del ser humano en su desarrollo, dado que la familia es el principal medio por el cual se adquiere y fortalecen valores de sus integrantes (Villagómez, 2016).

Desde el punto de vista de Alvarado, (1995), la familia toma un rol imprescindible en el desarrollo de todo ser humano debido a que en un punto de su vida él tomará el rol de hijo(a), madre o padre y abuelo(a). Siendo este núcleo el que principalmente le servirá de modelo inicial para desenvolverse en un futuro con un rol nuevo en su propia familia, por ello es que la familia contiene todas las características de ser base de la sociedad. “La familia es la célula que provee a sus miembros los elementos indispensables para su desarrollo, tanto físico como psicológico. Sus integrantes se encuentran unidos por lazos de parentesco, matrimonio o concubinato” (Alvarado, 1995, p 24).

Por otra parte, el Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI) en su más reciente censo hace la clasificación de dos entornos en los hogares mexicanos, los familiares y los no familiares.

Figura 2. *Tipos de hogares en México*

Tipos de hogares en México, 2020



A nivel nacional el 87% de los hogares son familiares, el resto es no familiar, donde se considera al hogar familiar donde uno de los integrantes tiene parentesco con la figura del jefe o jefa del hogar (INEGI, 2020).

De acuerdo con INEGI 2020, la distribución de los hogares familiares en México:

- El 71% son nucleares formados por el papá, la mamá y los hijos o sólo uno de los padres con hijos; una pareja que vive en el mismo hogar y no tiene hijos también constituye un hogar nuclear.
- La familia ampliada es el 28%, formada por un hogar nuclear más otros parientes.

- Solo el 1 % corresponde a una familia compuesta, constituida por un hogar nuclear o ampliado, y al menos una persona sin parentesco con la jefa o el jefe del hogar. Se divide en: hogar unipersonal y corresidente. En donde el 95% de los hogares son unipersonales, es decir solo integrado por una persona; el 5% restantes son las familias corresidentes, las cuales están formados por dos o más personas sin relaciones de parentesco con la jefa o el jefe del hogar (INEGI, 2020).

5.2 Capitulo II Desarrollo Humano

De acuerdo con Papalía et al. (2012), el desarrollo humano comprende los aspectos físicos, cognitivos y sociales, la interrelación de los mismos dentro del desarrollo humano, las etapas desde la gestación los primeros años del recién nacido, las etapas de la infancia, su juventud, los momentos de la adultez y las fases en relación con los padres, como formadores de su propia familia, la etapa de la senectud y la aceptación del fin de la vida.

Tomando como figura retórica a López y Guiamaro (2016), al hablar de desarrollo se refiere al proceso de crecimiento y maduración del sujeto, en este sentido, el rol de adulto que domina la atención de los niños y niñas, pues les conviene desempeñar el papel de un adulto significativo y mediador de su experiencia de aprendizaje, pues los adultos deben tener la función de transmitir estabilidad, confianza al bebé y también propiciar el desarrollo de la autoestima.

5.2.1 Aspectos del desarrollo humano

Para Papalia et al. (2012), la Investigación Científica del Desarrollo Infantil se enfoca en los procesos de cambio y estabilidad en los niños. Los teoristas e investigadores se han centrado en cómo cambian las personas desde la concepción hasta la pubertad y los rasgos que las mantienen estables. Los aspectos de desarrollo tienen dos aspectos: el cambio cuantitativo y el cambio cualitativo. Los primeros cambios se refieren al número o la proporción de altura, peso, amplitud de vocabulario, frecuencia de comunicación, etc., y son en gran medida constantes a lo largo de la infancia. En cuanto al cambio cualitativo, se refiere a un tipo, estructura u organización discontinua e identificada por la aparición de nuevos fenómenos que no son fácilmente predecibles y que se basan en desempeños previos.

Según Cantero et al. (2012), la psicología del desarrollo engloba los cambios psicológicos sistémicos que se producen a lo largo de la vida. Durante este proceso, el individuo evoluciona hacia un estado más complejo. Estos cambios que ocurren en los individuos a través de períodos críticos pueden explicarse por factores en constante confrontación como la continuidad sobre la discontinuidad, la herencia sobre el ambiente y la regulación sobre los ideogramas. Otro factor importante es el territorio en el que se desarrolla el hombre. Esto nos permite entender la evolución humana. El desarrollo debe entenderse como un proceso global constante con una gran flexibilidad.

5.2.1.1 Aspectos Físicos

El desarrollo físico se refiere al crecimiento del cuerpo y el cerebro, incluida la capacidad sensorial, las habilidades motoras y los patrones de cambios en la salud, que afectan otros puntos del desarrollo. A lo largo de la pubertad, los cambios fisiológicos y hormonales fundamentales afectan el desarrollo de un sentido de identidad. Los cambios físicos se dividen en etapas que implican un orden cronológico. La etapa de los movimientos reflejo, dura desde el nacimiento hasta el año de edad, la motricidad gruesa se desarrolla hasta los dos años. El período de motricidad básica es de dos a siete años. La siguiente etapa de motricidad específica es de los siete a los trece años, y la etapa final del desarrollo específico es a partir de los catorce años (Papalia et al., 2012).

El desarrollo físico desde una perspectiva estructural y útil, con el dominio e influencia que ejercen los diferentes sentidos de adaptación en el desarrollo anatómico, fisiológico y motor del sujeto. Tomando como referencia el punto de vista fisiológico, el crecimiento consiste en un desarrollo netamente de estructura esquelética. En consecuencia, la fusión de la epífisis y la metáfisis de los huesos largos marca la finalización del proceso de crecimiento físico. La terminología antropométrica se basa en el crecimiento y la modificación de los elementos corporales longitudinales y transversales (Waltrick y Duarte 2000).

5.2.1.2 Aspectos Cognitivos

Para Papalia et al. (2012), el desarrollo cognitivo es responsable de los cambios en las habilidades y capacidades mentales tales como la memoria, atención, el aprendizaje, lenguaje, pensamiento, creatividad y razonamiento. El progreso cognitivo se correlaciona con el desarrollo físico, social y emocional.

Cantero et al. (2012), sugieren que el aspecto cognitivo es un aprendizaje representativo del desarrollo del pensamiento y las habilidades intelectuales, así como el entorno que influye en los procesos de aprendizaje como hablar, escribir, leer y desarrollar la memoria.

5.2.1.3 Aspectos Psicosociales

El aspecto social para Cantero et al. (2012), es el encargado de estudiar la capacidad de los individuos de sentir y expresar emociones, por las que los individuos se relacionan con los demás y, en general, por estimular el desarrollo socioemocional de todas las personas.

Por otro lado, Papalia et al. (2012), manifiesta que el desarrollo psicosocial es un cambio importante en muchos aspectos de la vida, como las emociones, la personalidad y las interacciones sociales, que perjudica el control cognitivo y físico afectando el desarrollo psicosocial al contribuir con la autoestima y la aceptación social, pudiendo llegar a perjudicar el desarrollo social, y de esta manera podremos hacer frente a la ansiedad, el estrés y los problemas de salud física y mental que se presentan a lo largo del desarrollo humano.

5.2.2 Momentos del desarrollo humano

La propuesta de Erickson (1982), se divide en dos partes: la primera comprende las etapas prenatales, infancia, niñez temprana, niñez, adolescencia; y, una segunda etapa de cambios contempla la etapa de los adultos jóvenes de veinte a treinta años, edad madura de cuarenta a cincuenta años, y de los sesenta a más años la edad adulta posterior.

De acuerdo con Rhodes (1977), el desarrollo humano comprende las siguientes etapas: la gestación y el parto, la llegada del recién nacido, los dos primeros años de vida del infante, primera infancia que va de los dos a los seis años, la segunda infancia entre los seis y doce años, la adolescencia, la etapa de la juventud, la adultez, y la senectud.

5.2.2.1 Gestación y parto

Desde la concepción, el feto inicia un desarrollo propio de un ser humano, momento en que recibe su herencia genética y colectiva. y por sus primeras interacciones con la madre a través de ella con el entorno. Así que, si bien su proceso de socialización se reduce al desarrollo del sistema nervioso que necesita para mejorar sus procesos, a partir de ahí inicia su camino de desarrollo humano (Mansilla 2000).

Para Rhodes (1977), esta etapa inicia en la concepción o fecundación, el embarazo es el tiempo de desarrollo del feto en el útero de la madre, el parto se da entre la semana treinta y siete y la cuarenta y dos, siendo el embarazo y el nacimiento del hijo se generan las primeras adaptaciones que se dan en una pareja.

5.2.2.2 Recién nacido

En esta etapa los recién nacidos, lactantes y niños son indefensos y dependientes durante un lapso bastante extenso de tiempo, siendo la tarea de los padres o tutores permitirles que adquieran gradualmente la función responsabilidad por sí mismos y frente a los otros. Su identidad en la sociedad es construida por fuerzas externas. No tienen otra elección y, debido a su dependencia de las personas, reciben su información de los individuos y cosas que configuran su ámbito de vida. En este lapso de vida el infante aprende a través de formas lúdicas, por esto el adulto en contacto con él es quien debe ser consciente de ello (Willis y Ricciuti, 1990).

Según Rhodes (1977), manifiesta que el nacimiento del primer hijo llega a repercutir en una disminución de la satisfacción conyugal, en la que se modifica la adaptación al primer hijo y a los cambios de las rutinas y los hábitos en la pareja se modifican y se asumen nuevos roles entre los padres.

5.2.2.3 Los primeros años de vida

Para Willis y Ricciuti (1990), en este período de vida el niño aprende a través del juego, por ello el adulto en contacto con él debe tener ser consciente del valor del juego en su aprendizaje y de la vinculación en la exploración o curiosidad de sus hijos. El ambiente lúdico es un ámbito de encuentro en el que el niño aprende a participar en un entorno importante con sus iguales y con los adultos, en un contexto significativo.

Para Rhodes (1997), se crea un mayor vínculo de la madre con el hijo de una manera simbiótica, por ello el padre se siente reprimido o desplazado, por ello los padres deben aceptar y atender sus demandas, buscando mantener la calidad de la relación conyugal entre los padres.

5.2.2.4 Primera infancia

Para Mansilla (2000), la primera infancia va desde el recién nacido a los cinco años y se caracteriza por un alto nivel de dependencia y alta morbimortalidad, se describe como la edad vulnerable, rasgo que lo relaciona inversamente con un nivel de alto riesgo a la edad, por lo que necesita un riguroso control y cuidado. El grupo comprendido en el primer año de vida se considera de muy alto riesgo; el grupo de dos a tres años de alto riesgo; y el grupo de cuatro a cinco años, que tiene mayor atracción a los intereses exogámicos, como de menor riesgo.

Según Rhodes (1997), la pareja busca darse apoyo mutuo en sus nuevos roles de padre y madre, al grado de hacer posible compartir los roles, compaginando su individualidad y su identidad expresándose y protegiéndose mutuamente para no utilizar al hijo como medio gratificante ni como complemento de la propia identidad. En cuanto el hijo va desarrollando en su nacimiento apego, deseo de independencia, egocentrismo, a sus cuatro años empieza a ser retante a la autoridad iniciando su transición social al ingresar a la escuela.

5.2.2.5 Segunda infancia

La segunda infancia se extiende de los seis a los once años, y se caracteriza por su apertura al mundo externo y por la adquisición precipitada de habilidades para relacionarse. Durante este período los niños son menos vulnerables que en la primera infancia, lo que a su vez disminuye con la edad (Mansilla, 2000).

Si en la primera infancia se establecieron reglas claras y se fomenta la comunicación en la familia, puede ser una etapa de gran intimidad y satisfacciones. Según Rhodes (1997), en esta etapa, dadas las presiones de los hijos, el trabajo y las demandas de la vida diaria, se puede iniciar un paulatino distanciamiento entre los padres, que pierde intimidad y tiene consecuencias en la interacción de la pareja (Rhodes, 1997).

5.2.2.6 Adolescencia

La fase de la adolescencia a la etapa entre la niñez y la edad adulta, es aquí donde comienzan los cambios, no solo es un período de adaptación a los cambios corporales, sino que es una fase de gran determinación para una mayor independencia psicológica y social. La fase de la adolescencia se desarrolla en la juventud de las personas la cual está dividida en la niñez y la edad adulta, ubicándose de los once a los veinte años alcanzando su madurez biológica y sexual, incluyendo transformaciones cognitivas, psicológicas, culturales y sociales (Papalia et al., 2012).

5.2.2.7 Juventud

Para (Mansilla, 2000), la juventud se divide en periodos, los cuales resulta se reconoce dos subperíodos dentro de la categoría "adolescencia", la adolescencia temprana, individual que va de doce a catorce años, y la adolescencia tardía, que son los individuos de quince a diecisiete años. Al finalizar la adolescencia tardía se vive un período de transición entre la adolescencia y la mayoría de edad, que tiene una importancia incuestionable, a este periodo se ha denominado "limbo social".

Para (Rhodes, 1997), es la etapa donde los padres tienen una crisis de mediana edad, en la cual el hijo está en el proceso de la búsqueda o encuentro de pareja y de hacer su propia familia, por otra parte, es en esta etapa donde se da el clima de su profesionalización para el individuo.

5.2.2.8 Adultez

Según (Erickson 1982, la adultez es una etapa en la que existen contradicciones vitales en la vida, todavía parece ser que se es muy joven y al mismo tiempo lo suficientemente mayor como para adquirir deberes y responsabilidades, durante este periodo se puede dar el matrimonio o vida en pareja, formar una familia, y poder asumir un rol y responsabilidad laboral, con ello adquirir independencia económica e independencia emocional y afectiva. Sin embargo, el adulto joven aún es inmaduro, y por ello a veces no mide su respuesta ante un suceso vital teniendo posteriormente que asumir la consecuencia de ello, siendo

obligado posteriormente al no ser aceptado a los ojos de los demás, por lo que genera descontento y frustración en sí mismo.

Esta es la etapa del nido vacío según (Rhodes, 1997), en la cual se dan fuertes cambios para los que es inevitable la formación de una nueva familia por parte de los hijos y en la cual se debe que admitir la integración a los nuevos miembros en la familia, como son los cónyuges de los hijos, de igual forma esta es una etapa en la que se inicia el reencuentro con la pareja.

5.2.2.9 Senectud

El concepto de senectud es sinónimo de vejez, por lo tanto, significa ancianidad, sin embargo, el término senectud se confunde con senilidad, término que compete a una patología psiquiátrica y designa una enfermedad mental, durante este periodo se produce la confrontación consigo mismo y con la vida (Mansilla, 2000).

Para Rhodes (1997), es en esta etapa donde las capacidades físicas empiezan en declive, verse mermadas y se pueden presentar las enfermedades crónico degenerativas, es la fase donde se enfrentan al final de su vida laboral, se añaden los nacimientos y el crecimiento de los nietos, por ello se toma el rol de abuelo. Se generan problemas generacionales y la muerte de amistades parientes mayores, lo que obliga a llevándolo a la aceptación del término de su vida.

5.3 Capítulo III. Ciclo vital de la familia

Rhodes (1977), se refiere al proceso de crecimiento y desarrollo por el que atraviesan las personas desde su nacimiento hasta la muerte, y es un proceso gradualmente dinámico en el que se integra el individuo entre su medio ambiente y su desarrollo. El núcleo familiar constituye la parte vital del desarrollo en las personas, dado que es donde se forman los primeros vínculos socioafectivos.

De igual forma (Valdivia, 2008), conceptualiza a la familia como un grupo de personas que están relacionadas por el apego y afecto, en un matrimonio, filiación o parentesco, compartiendo una doctrina acerca de la socialización de sus miembros y en paralelo estos se van desarrollando juntos; en algunos casos el consumo de los bienes, servicios y gastos económicos del hogar son compartidos. De esta forma queda en el entendido que se tienen diversas características las cuales hacen singulares a las familias, planteado que, independiente de la composición que se tenga en la familia, ésta es el primer sistema social en el cual se relacionan las personas.

5.3.1 Relación del ciclo vital de la familia con el desarrollo humano

El ciclo vital de la familia implica la evolución secuencial del entorno de las familias y las crisis de las transiciones que atraviesan las familias involucra una evolución constante del medio en que se desenvuelven las familias y los momentos de crisis en sus transiciones por las que atraviesan de acuerdo a su crecimiento y el desarrollo de todos sus miembros. Por ello se explica el transcurrir de la vida de los miembros de la familia, a partir de que

nacen hasta que fallecen, entendiendo a la familia como la unidad elemental de la organización social, proporcionando un ámbito socio afectivo para el desarrollo natural y la realización personal de todos los miembros que son parte de ella (Rhodes, 1977).

Para Touriño et al. (2010), el ciclo vital familiar representa una serie de etapas evolutivas que marcan el desarrollo, las cuales permiten adaptarse a diferentes exigencias del medio en que se desenvuelven los individuos. Por ello, cada fase tiene para el grupo en general una secuencia de tareas que permiten el desarrollo natural para cada persona.

Con base en autores como Jara (2011), Carter y McGoldrick (1980) y Vargas (2013), se expone la clasificación en cuatro etapas del ciclo vital familiar: la formación de la pareja, la expansión, la consolidación y apertura, y la etapa de disolución. En esta división se conforman características, la descripción del proceso de desarrollo familiar, con sus respectivas tareas y las tensiones que presentan, dichas tareas se presentan bien, por el desarrollo natural de cada individuo o por la demanda del contexto sociocultural.

5.4 Formación de la pareja

Durante esta fase las personas se encuentran en la etapa de adulto joven independiente, en la cual determinan la formación de una pareja con la cual queda formalizado y constituido un nuevo sistema social, que será el inicio de una familia completamente (Carter y McGoldrick, 1999). Este nuevo sistema tendrá atributos nuevos y propios, por lo que cada uno de los miembros de la pareja aportaran creencias, modalidades y expectativas que han heredado de sus propias familias de origen, y en conjunto estarán formando un nuevo sistema independiente a sus familias de origen (Vargas, 2013).

5.4.1 Matrimonio

El matrimonio puede tener lugar dentro del desarrollo de la unión de pareja. Dado que el matrimonio formaliza, válida y legaliza socialmente esta etapa de unión de la pareja. Por ello es que con esta unión de dos personas se tiene la llegada de otros personajes en escena como son las familias de origen de los miembros de este nuevo matrimonio, las cuales tienen su propia historia, costumbres y modalidades de funcionamiento. Al interior de este proceso de elección, de acuerdo con Vargas (2013), se necesita reciprocidad, y aporte al equilibrio personal y al desempeño conyugal en tanto a los roles dados por el contexto social al hombre y la mujer en pareja como lo emocional, económico e interpersonal. Durante esta etapa de unión los miembros de la pareja casada o no casada, deben negociar sus propias reglas, con respecto a su intimidad, sexualidad, definir dónde y cómo vivir, horarios laborales, así como de la actividad lúdica, actividad física, tiempos con amigos, solos o compartidos, los espacios de recreación, economía del hogar entre otros tantos acuerdos que requiere la vida en pareja.

Tabla 1 Formación de la pareja

Fase	Principio que rige	Proceso	Tareas
Formación de la pareja	Compromiso con el nuevo sistema	Conquista. Noviazgo, Matrimonio y Pareja sola.	Prepararse para el rol de hombre o mujer. Independizarse de la familia de origen. Iniciar la formación de una identidad de pareja. Generar una intimidad de pareja.

			Adaptarse a los roles y tareas de una casa. Manejo del poder. Patrones de resolución de conflictos.
--	--	--	---

Fuente: Material e información extraídos de diferentes autores como Jara (2011), Carter y McGoldrick (1980), y Vargas (2013).

La tabla muestra la fase inicial del ciclo vital familiar con la formación de la pareja, la cual incluye las etapas de la búsqueda del noviazgo, donde la pareja se encamina a formar una familia, esta puede o no culminar en matrimonio, consolidándose así social e institucionalmente.

5.5 Expansión

La tarea principal en la etapa de expansión es aceptar y vincular nuevos miembros en el contexto social, que tiene un significado importante, con la llegada de los hijos. Desde el nacimiento del primer hijo, la familia se expandirá y conformará una familia extensa creando nuevos roles en el padre, madre, los abuelos y los tíos que afectan a toda la familia. Lo anterior puede mostrarse como una gran influencia de las familias que podrían conducir a la aceptación formal de la constitución de la familia y la participación de este nuevo espacio. Las personas alrededor de la pareja pueden integrar o disolver el matrimonio (Vargas, 2013).

5.5.1 Nacimiento del primer hijo

El nacimiento de un hijo genera muchos cambios tanto en la relación de pareja como en toda la familia y los seres cercanos a esta. Es por ello que aparecen nuevos roles y funciones en la pareja como el volverse madre o padre “función materna y función paterna”; y a su vez los de la familia extensa como son tíos, abuelos y primos. En esta fase se diferencian las capacidades de los padres para brindarle al infante la atención y el cuidado que necesita. La madre acompañará al recién nacido en la interpretación y desciframiento de sus peticiones de cuidados y alimentación. Esta unión es común y necesaria para la buena evolución de todo el núcleo familiar, el papel del padre se convierte en un facilitador económico y el que marca los límites (Estremero y García, 2004).

Como lo plantea Vargas (2013), la tarea principal de la fase de expansión es aceptar y vincular a nuevos miembros al entorno social, y esto tiene implicaciones importantes, desde el nacimiento del primer hijo, la familiar nuclear se amplía y se convierte en un núcleo familiar extenso, a medida que se forman los roles de mamá, papá, abuelos y tíos, por lo que afecta a todo el sistema familiar.

La construcción de este nuevo espacio, o, por el contrario, el rechazo al cambio tanto por parte de quienes permanecen alrededor de la pareja como de sus miembros, puede consolidar el matrimonio o disolverlo. Otro momento de esta etapa se muestra cuando los niños se mantienen en la edad preescolar, dada su exploración del medio en el que se desarrolla y de allí su idea o iniciativa de autonomía. Esta situación se lleva nuevamente a plantear interrogantes sobre el papel de los padres y las formas por las cuales se vinculan

con sus hijos ya sea desde la libertad con ciertos límites o desde el modo de sobreprotección (Pallol, 2004).

5.5.2 Hijos en edad escolar

Esta es una etapa en la que se produce la primera separación o desprendimiento de los hijos del seno familiar. El hijo se desarrollará en un nuevo ambiente con maestros y compañeros, en donde realizará nuevas actividades fuera del hogar. En parte la entrada de los hijos al contexto escolar es una prueba de todo lo que los padres fomentaron en los primeros años a su hijo, como lo son los valores, límites, relación con la autoridad y pares. Así mismo los padres tendrán una perspectiva externa de terceros del comportamiento de su hijo (Estremero y García, 2004).

Tabla 2 Expansión

Fase	Principio que rige	Proceso	Tareas	Estresores
Crianza de los hijos.	Aceptación de los nuevos miembros en el sistema.	Nacimiento y crianza de los hijos.	Transición de estructura diádica a tríadica. Aceptación y adaptación al rol de padres. Vinculación	El parto. Depresión puerperal: la madre necesita que cuiden de ella, pierde seguridad en sí misma, se siente incapaz

			afectiva madre hijo. Cumplir labores de crianza.	de cuidar al niño. Los padres “se sienten abrumados por la responsabilidad y la pérdida de la posición infantil”. Puede existir un rechazo al bebé motivado por un sentimiento tanto de la madre como del padre de sentirse desplazado.
Familia con niños en edad preescolar.		Hasta que el hijo mayor tiene 6 años.	Tolerar y ayudar a la autonomía de los hijos. Iniciar proceso de socialización y control. Modelos de	Crisis de la infancia. Dificultad de los padres para tolerar y controlar las conductas de los hijos, así como,

			identificación y roles sexuales. Tensiones entre roles laborales, socialización y con los familiares de los padres.	“cansancio” que provoca la crianza. La familia suele sentirse probada por la escuela al evaluar su eficiencia en términos de crianza.
--	--	--	--	--

Fuente: Material e información extraídos de diferentes autores como Jara (2011), Carter y McGoldrick (1980), y Vargas (2013).

Estamos ante una tabla que presenta la fase de la expansión, en donde se describe el crecimiento de la pareja con la llegada de los hijos por lo que la familia se amplía, empezando a generar estresores propios de esta fase y sus adaptaciones como núcleo familiar.

5.6 Consolidación y apertura

Durante la etapa de Consolidación y Apertura se supone que ya se han superado las dificultades de la etapa de expansión comúnmente asociadas a la crianza de los hijos; y, por ende, se inicia un proceso de observación del crecimiento y desarrollo de éstos, lo que permite que la relación matrimonial se profundice, a la vez que las relaciones con la familia

extensa y con otros círculos sociales. Por un lado, comienza el reto de la escuela, el cual representa a los padres la primera experiencia de abandono del hogar por parte de los hijos, la cual mide la capacidad de la familia de tolerar ese distanciamiento inicial. Otro punto en esta etapa es cuando el hijo crece hasta verse adolescente, lo que implica para los padres aceptación y apoyo frente al proceso de separación-individuación de sus hijos. (Jara, 2011; Vargas, 2013).

5.6.1 Hijos adolescentes

De acuerdo con Semenova, Zapata, y Messenger (2015), esta etapa es de gran turbulencia emocional para el adolescente que atraviesa el desafío de madurar, y se encuentra en el proceso de definir su identidad sexual y tener cierto grado de autonomía en lo emocional y mentalmente. Las interacciones con los compañeros en general se vuelven fundamentales para la vida de un adolescente. En ocasiones un joven se convierte en un ser con capacidades y comprensión difíciles por culpa de los padres, del núcleo familiar y de la sociedad en general.

Durante este período, los padres viven simultáneamente la crisis de la edad media, un momento en el que existe la incertidumbre de que, en el momento de ir perdiendo su juventud, todo lo que se ha realizado antes en todos los niveles se evalúa y confronta a los padres a reevaluar su relación de pareja (Estremero y García, 2004).

5.6.2 Desprendimiento de los hijos

Teniendo en cuenta a Estremero y García (2004), en esta etapa está marcada por la capacidad de los padres para desprenderse de sus hijos e integrar a nuevos individuos a su familia, como el cónyuge y la familia política. Los hijos están en una etapa donde buscan conformar su propia familia, con las propiedades y las características propias inculcadas por lo que se han sido fomentados anteriormente, y de esta forma avanzar en el ciclo vital. Desde el punto de vista de los padres, enfrentan la salida definitiva de los hijos del hogar. A partir de este momento los padres deberán reconocer a la nueva familia de sus hijos como independiente y con sus características propias, aceptando la incorporación de sus nuevos miembros en la vida familiar.

Esta etapa de consolidación y apertura suele implicar la superación de las dificultades de las etapas previas las cuales están asociadas a la crianza de los hijos, por lo tanto, se inicia un proceso de espectador o de observación del crecimiento y desarrollo de los hijos y su familia, lo que da inicio a que la relación matrimonial se profundice y amplíe, a la vez que las relaciones con la familia extensa y con el círculo de amigos se tenga mayor interacción (Jara, 2011).

Al momento que los hijos crecen y se ven adolescentes, esto implica para los padres aceptación y apoyo en el proceso de separación o de la individuación de sus hijos. En ocasiones este proceso es difícil dado que ambos, tanto padres como hijos, se encuentran en crisis diferentes, los hijos en la crisis de la de la adolescencia o de la búsqueda de su pareja y formación de su nueva familia nuclear, y los padres en la crisis de la de edad media, por la cual, muchos padres tienden a sobre identificarse con los hijos compitiendo en logros. En

esta etapa es el momento en el que la pareja vuelve a estar sola; lo que requiere de la reapertura de un redescubrimiento conyugal, el acercamiento y una renegociación en medio de una relación donde ya no se toma tanto el rol de padres, y por otro lado requiere del establecimiento de una nueva relación entre padres e hijos (Semenova, Zapata y Messenger, 2015).

De esta manera Rhodes y Wilson (1981) señalan que la principal tarea de la familia en esta etapa es generar una interacción completamente nueva entre padres e hijos, y desarrollar la capacidad de flexibilizar los parámetros de los límites lo suficientemente para que los hijos puedan tener la libertad que necesitan, sin dejar por ello de cumplir su rol de padres.

Tabla 3. Consolidación y apertura

Fase	Principio que rige	Proceso	Tareas	Estresores
Familia con niños escolares	Aceptación de los nuevos miembros en el sistema.	Crecimiento hasta los 13 años del hijo mayor.	Apertura a otros ecosistemas: la escuela. Para ello se requiere: Apoyar la apertura al mundo extra familiar. Apoyar el trabajo escolar. Consolidación y estabilización laboral.	Crisis de la infancia, anclada a la dificultad de los padres para tolerar y controlar las conductas de los hijos, así como, al “cansancio” que provoca la

				<p>crianza.</p> <p>La familia suele sentirse probada por la escuela al evaluar su eficiencia en términos de crianza y socialización.</p>
Familia con hijos adolescentes	Incrementar la flexibilidad en los límites de la familia, para permitir la independencia de los adolescentes.	Adolescencia: De 14 hasta los 20 años del hijo mayor.	<p>La familia necesita hacer los ajustes que requiere el comienzo de la pubertad y la madurez sexual, para ello requiere:</p> <p>Ajustarse a las necesidades de independencia.</p> <p>Reconocer la prioridad de los grupos de pares.</p> <p>Apoyar el desarrollo de la identidad personal.</p> <p>Comprender las crisis de identidad</p>	<p>Crisis evolutiva de la adolescencia:</p> <p>conflictos de identidad. Para los padres es la preparación para la adultez, para el adolescente la aprobación de los pares en el día a día.</p> <p>Esta crisis genera frustraciones en los padres al no cumplir</p>

			de los padres.	<p>con las expectativas y sentir que sus sacrificios fueron inútiles.</p> <p>Dificultad de los padres para aceptar como saber corregir las conductas disruptivas del adolescente.</p> <p>Los padres racionalizan la conducta de los hijos atribuyéndole a la “inmadurez”.</p>
Familia plataforma de lanzamiento	Aceptación de múltiples entradas y salidas del sistema familiar	El hijo menor abandona la casa de los padres.	<p>Tolerar la partida de los hijos, lo que requiere:</p> <p>Permitir la independencia de los hijos, elección de pareja y elección</p>	<p>Crisis evolutiva de la partida. La insatisfacción marital de las madres es un obstáculo para la</p>

			<p>vocacional.</p> <p>Cambio de límites intergeneracionales.</p> <p>Apertura de los límites familiares.</p>	<p>independencia de los hijos.</p> <p>Madres aprehensivas.</p> <p>Los hijos temen las consecuencias de su partida en la relación conyugal de sus padres.</p>
Familia de edad media	Aceptar los cambios en los roles generacionales.	Fin de la actividad laboral de la pareja.	<p>Adecuarse y vitalizar la vida de pareja, ello requiere:</p> <p>Asumir roles de abuelos.</p> <p>Desarrollo de un sistema de relaciones y apoyo mutuo que permita mantener a las distintas generaciones en contacto.</p>	<p>Crisis evolutiva.</p> <p>Dificultad para la adaptación a la nueva situación tanto personal como familiar.</p>

Fuente: Material e información extraídos de diferentes autores como Jara (2011), Carter y McGoldrick (1980), y Vargas (2013).

La lectura de la tabla nos muestra una de las fases más amplia, la fase de la consolidación y apertura en la cual se sitúa, el desarrollo de los hijos en edad escolar y las complicaciones que se tienen con ellos en la adolescencia, en conjunto con la crisis de los padres en edad media, los que hace una fase de múltiples estresores y labores que tienen que enfrentar los miembros de las familias.

5.7 Disolución

Esta última etapa de disolución está caracterizada por el cuidado, por lo cual los hijos se van ocupando de los padres ancianos, quienes cada vez van perdiendo habilidades para valerse por sí mismos. Esto es una alta demanda y responsabilidad, la cual representa un elevado impacto emocional. Para los padres en edades avanzadas, el ser abuelos constituye gratificación emocional. Un punto como lo es la muerte en esta etapa es inevitable, y con el paso del tiempo uno de los cónyuges muere, lo que implica un reacomodo total familiar. Es una fase de afrontamientos y toma de decisiones (Jara, 2011; Vargas, 2013).

5.7.1 Nido vacío

Como señalan Estremero y García (2004), durante esta etapa la pareja se enfrentará a nuevos retos, por un lado, el reencuentro entre ellos, dado por la salida de sus hijos del hogar y por el desenlace de su vida laboral. Para algunas personas el final de la vida laboral

se percibe como él una etapa completamente nueva, en la cual tendrán la oportunidad de hacer cosas que han sido postergadas durante la juventud, disfrutar de los nietos y seguir generando proyectos para otros, esta etapa es el fin de su vida activa y el paso hacia una faceta “improductiva. Aparecerán nuevos roles en la familia, el rol de los abuelos. Este nuevo rol permite a los padres, ahora abuelos, tener un contacto más independiente y ameno con los nietos sin menos responsabilidades que lo que tenían con sus propios hijos.

La crisis del nido vacío afecta a algunos matrimonios que acarrearán serios problemas de comunicación y relación arrastradas en etapas anteriores. Estas parejas optan evitar los pasos hacia el divorcio por causa de los hijos y al llegar el momento cuando se encuentran solos se ven obligados a lidiar con los asuntos pendientes de su relación. En algunas parejas esto se torna imposible y la solución de la relación es la separación y el divorcio tardío (Enríquez, 2014).

Como señalan Semenova et al. (2015), es la etapa donde la pareja vuelve a quedarse sola; lo que requiere de reapertura del matrimonio, el acercamiento y replanteamiento del concepto del rol de padres y, por otro lado, el establecimiento de una relación completamente nueva entre padres e hijos que les permita aceptar los cambios producidos por sus respectivos cambios de roles.

5.7.2 Vejez y pérdida de la pareja

En esta etapa del ciclo vital, se suele tener un problema sobre quién brinda los cuidados físicos, emocionales e incluso económicos de los padres. Las características de estas nuevas relaciones dependen del cómo se establecieron las interacciones en la historia familiar. El

adulto mayor sufrirá cambios a nivel corporal, patologías crónicas, cambios emocionales, pensamientos relacionados con la muerte y con la pérdida de seres queridos, la pareja y los amigos (Estremero y García, 2004).

Teniendo en cuenta a Estremero y García (2004), la etapa final del ciclo vital de la familia está caracterizada por el cuidado, puesto que los hijos se van ocupando de los padres de edad avanzada, que tienen cada vez menos oportunidades para valerse por ellos mismos. Para los padres los cuidados representan gratificación emocional, esta situación requiere de una alta responsabilidad económica y un alto impacto emocional.

La muerte en esta etapa es inevitable, y a medida que pasa el tiempo uno de los cónyuges muere, lo que implica un reajuste familiar, siendo una etapa de confrontación y de tomar decisiones, pues el cuidado no siempre se acuerda o se decide por parte de los hijos y padres (Vargas, 2013).

La muerte en esta etapa es inevitable, y con el paso del tiempo uno de los cónyuges muere, lo que implica reacomodación familiar, siendo una fase de afrontamientos y toma de decisiones, pues no siempre el cuidado media las relaciones (Vargas, 2013).

Tabla 4 Disolución

Fase	Principio que rige	Proceso	Tareas	Estresores
Nido vacío	Aceptación de la salida de los hijos del núcleo familiar.	Los hijos dejan el hogar para formar su propia familia.	Aceptar la independencia de los hijos sus decisiones y la formación de su propia familia.	Conflicto ante la salida de los hijos.

Familia anciana	Aceptación del cambio de roles generacionales.	Muerte de uno de los miembros de la pareja. Muerte del miembro restante	Enfrentamiento de los cambios biológicos propios de la involución. Lo anterior requiere: Enfrentamiento a las múltiples pérdidas: juventud, salud, vitalidad, trabajo, etc. Enfrentamiento de la soledad y la muerte de la pareja.	Conflicto ante la muerte.
------------------------	--	--	--	---------------------------

Fuente: Material e información extraídos de diferentes autores como Jara (2011), Carter y McGoldrick (1980), y Vargas (2013).

En la tabla anterior se da a conocer la fase de la disolución, siendo la antesala del término del ciclo de la vida, en la cual los padres se enfrentan al abandono de sus hijos, al reconocimiento de la creación de su propia familia, la pérdida de la pareja y la aceptación del final de su vida.

6 Capítulo IV Complicaciones

El ciclo vital de la familia refiere a las complicaciones a los hechos relacionados con el nacimiento de los hijos, su emancipación, el retiro y la muerte. Dichos eventos marcan cambios en la estructura central de la familia y requiere de una reorganización de roles, normas y reglas (Cowan y Cowan, 2012).

Las etapas por las que atraviesan las familias implican una serie de estresores o crisis, los cuales pueden ser normativos o no normativos. Dentro de los normativos como, el paso

de una etapa de la vida a otra, o en el caso de los no normativos como algunas enfermedades crónicas tempranas de uno de los cónyuges o hijos, o dependiendo a la frecuencia percibida y la magnitud de estos eventos, será su decisión sobre el futuro de la familia y la forma en la cual se enfrentarán a próximas adversidades (González y Landero, 2011).

Así mismo, la familia debe sortear las dificultades producto de las presiones sociales que pueden facilitar o dificultar el paso entre las diferentes etapas. Al respecto, Jara (2011) señala que:

Hay permanentemente dos fuentes de tensión en la familia: verticales y horizontales. Las verticales incluyen los patrones de relación y funcionamiento transmitidos por las generaciones anteriores, junto con las actitudes, tabúes, mitos, expectativas y en general la historia familiar previa, es decir, este tipo de tensiones se puede presentar por la diferencia que marca un patrón de comportamiento de generaciones anteriores y las nuevas formas de las generaciones presentes. Las horizontales surgen en el transcurso de la evolución de la familia en el tiempo e incluyen las transiciones en el ciclo vital y los acontecimientos externos que la afectan; Es decir, son aquellas tensiones que se producen durante el transcurso de un ciclo hacia otro, o durante el cambio de roles de la familia. Cuando coinciden o se intersectan acontecimientos tensionadores en el eje horizontal y en el eje vertical, la tensión normal aumenta, lo que hace más difícil el proceso de transición y genera crisis en la familia. (p.2)

El rol de los padres en su entorno familiar son los encargados de garantizar el afecto, cuidar y educar a sus hijos. Formando así la primera fuente de estímulo para los niños. Regulando las demandas de alimento, afecto, protección y seguridad. Es entonces en la familia donde se recrea el espacio donde los niños pasan de la dependencia infantil a la independencia y vida adulta. Para propiciar esto, la familia crea el ámbito de contención, ayudando a aprender a cuidarse, tener confianza en sí mismo, ser capaz de tomar decisiones y de aceptar o rechazar influencias ajenas (González y Landero, 2011; Jara, 2011).

6.1 Principales complicaciones en el ciclo vital

Tomando como referencia la Real Academia Española de la Lengua (2022), el significado de crisis proviene del latín *crisis*, y este del griego. κρίσις *krísis*. Que significa: “Cambio profundo y de consecuencias importantes en un proceso o una situación, o en la manera en que estos son apreciados”.

Por otra parte, Valdivieso (2007), refiere a la crisis como una variación y alteración del equilibrio y acorde con la definición de “crisis” significa a la vez el riesgo y la posibilidad, por ello manifiesta que el peligro se encuentra en el riesgo de que el equilibrio no sea restaurado, por lo contrario, existe la posibilidad de restablecer el equilibrio si se tiene voluntad de parte los integrantes del sistema familiar.

Para Semenova et al. (2015), los periodos por los que atraviesan las familias implican una serie de crisis o estresores, los cuales pueden ser normativos o no normativos; dependiendo de la frecuencia percibida y de la magnitud de estos eventos, será su decisión

en el futuro familiar y cómo lidiar con las adversidades que se enfrentan posteriormente. Al respecto D'Andrea (2009), plantea que las crisis normativas del desarrollo permiten a la familia el alcance de los objetivos y de las tareas de cada una de sus periodos; sin embargo, las no normativas tienen la posibilidad de producir disfunciones o indicios que modifican el manejo nuclear habitual de la familia y, en consecuencia, el tránsito de una fase a otra.

6.1.1 Complicaciones en la formación de la pareja

Durante esta etapa inicial del ciclo vital familiar la pareja debe reestructurar la relación con sus familias de origen, debido a que la formación de la pareja cambiara en la forma de relacionarse con su familia nuclear. La familia de origen tomara un segundo plano en muchos aspectos. La pareja pasara por situaciones de desacuerdos en las maneras de manejarse con sus familias y las diferencias que existen entre ellos como individuos (Semenova et al, 2015).

6.1.2 Padres primerizos

Como señalan Estremero y García (2004), la integración de un hijo en el núcleo familiar genera inevitablemente una gran tensión en la pareja. Se encuentran frecuentemente la dificultad para ponerse de acuerdo en cómo y cuándo hacer las cosas, los reproches, el cansancio de ambos padres, y en ocasiones depresión. Es un momento donde se forma una familia extensa. Así estas autoras puntualizan los siguientes problemas más frecuentes en esta etapa.

Problemas frecuentes:

- Persistencia de la unión madre y el bebé a lo largo del tiempo.
- Problemas del padre de ocupar un lugar secundario en esta tríada durante los primeros meses.
- La intervención por parte de la familia extensa en el cuidado del bebé, llevando a una mayor dificultad de los padres para adaptarse al nuevo escenario.

6.1.3 Crisis de la infancia

Al respecto de esta etapa Estremero y García (2004) manifiestan que, la red social del niño comienza a ampliarse y a relacionarse con otros adultos importantes como lo son sus maestros y a sus iguales como son sus compañeros. Estas nuevas experiencias tienen la posibilidad de ser transmitidas al niño como algo positivo, donde el crecimiento tiene una connotación positiva o por lo contrario pueden ser vividas como una pérdida o un abandono, en esta situación hará que el niño se encuentre en una situación de elección entre familia y un nuevo entorno social que es la escuela, y esto dificulta a su adaptación. Dentro de esta etapa los padres tendrán por primera vez en el escrutinio sobre la percepción externa sobre su hijo, con el juicio que le transmitirán los maestros; Estremero y García (2004) centran los principales problemas acordes a esta etapa en los siguientes tres puntos.

Problemas frecuentes:

- Algunas familias encuentran muchas dificultades para realizar cambios.

- En algunas familias los puede enfrentar a situaciones que no les gusten, haciendo responsable al colegio o a los maestros de ellas, provocando problemas en el colegio, y mayor dificultad en la adaptación del niño.
- Unas familias depositan a los niños en la escuela deslindándose de funciones que les corresponden a los padres cumplir.

6.1.4 Crisis en la adolescencia

De acuerdo con Estremero y García (2004), en ocasiones el adolescente se torna difícil de entender y de comprender por parte de los padres, la familia y la sociedad en general. Como ya se mencionó no debemos olvidar que en esta etapa los padres a su vez están pasando por su propia crisis, momento en el cual aparecen mayores estresores, de la misma forma se tiene una evaluación de todo lo realizado hasta el momento las autoras marcan los siguientes dos puntos como los problemas principales en esta etapa.

Problemas frecuentes:

- Dificultad de los padres para poner los límites adecuados. Esto ocurre cuando los padres que se transforman en “amigos” de sus hijos, sin una clara diferencia de roles, dejando “huérfano” al adolescente.
- Dificultad para permitir el desprendimiento del adolescente del seno familiar.

6.1.5 Crisis del nido vacío

Como afirman Semenova et al. (2015), esta crisis corresponde a un momento en que los padres vuelven a estar solos, donde la reinención, el acercamiento y la renegociación por parte de los padres para lograr un redescubrimiento conyugal, es necesaria ante el despojo del rol parental y las exigencias de establecer interacciones totalmente nuevas y de la demanda del determinar de una nueva relación entre padres e hijos que les permita asumir las modificaciones producidas por sus respectivos cambios y aceptación de sus nuevos roles.

Problemas frecuentes:

- La insatisfacción marital de las madres es un obstáculo para la independencia de los hijos.
- Madres aprehensivas.
- Los hijos temen las consecuencias de su partida en la relación conyugal de sus padres (Vargas 2013).

6.2 El género en el desarrollo humano

La diferencia biológica entre los sexos despliega dos líneas de significaciones complementarias que producen asimetrías en diversas áreas de la vida entre mujeres y hombres, asimetrías que se traducen a su vez en distintas capacidades y comportamientos. En los distintos espacios sociales, el género se rige como una forma primaria de

diferenciación entre los individuos, cuyo fin es legitimar las mismas relaciones sociales, en las últimas décadas nos permiten constatar que diversos factores no afectan de igual manera a ambos sexos. Por lo cual el género se convierte en un factor determinante a lo largo del desarrollo humano, debido a que puede afectar la forma en que las personas perciben la realidad y reflejándose en su comportamiento (Lamas, 2002).

Cada etapa del ciclo vital familiar conlleva una serie de tareas consideradas como normativas. Con el nacimiento del primer hijo se requiere de cambios en las normas de funcionamiento entre la pareja para atender las demandas del hijo que es totalmente dependiente de ellos. El desarrollo y crecimiento de los hijos y sus diferentes etapas de igual forma conlleva un ajuste de normas y acuerdos de estilos de crianza que los padres ejercen en estas etapas, el ajuste final dentro del ciclo vital aparece en la salida de los hijos al formar su propio núcleo familiar, en el cual los hijos ahora toman roles de los que tuvieron ejemplos de sus padres para dejar el rol de hijo y tomar el de pareja, así como el de padre o madre. Dado este proceso queda la etapa del nido vacío y de la culminación del ciclo vital que es la de enfrentar la muerte (Semenova et al., 2015; Vargas, 2013).

7 Capítulo V Aportaciones

7.1 Estrategia de prevención ante las principales crisis en el ciclo vital de la familia.

Los seres humanos se desarrollan al interior de una familia, dentro la cual conlleva la forma en la cual se experimenta el mundo, nuestras primeras relaciones interpersonales y nuestro primer sentido de pertenencia a un grupo. Así en la familia una persona crece, se desarrolla y se va preparando para vivir su propio ciclo de vida; esto requiere que este ser humano tome forma a través del desarrollo constante de la familia. Para McGoldrick (1999), todos los problemas humanos están incrustados en el pasado de la familia, en las tareas presentes que se deben superar y el futuro al que se pretende aspirar.

La propuesta ante las problemáticas familiares es la prevención. Tomando como referencia la Real Academia Española de la Lengua (2022), el significado del término prevención refiere a la acción y efecto de prevenir. De la misma forma está relacionado también con términos como anticipar, avisar o advertir, dado que se sabe con anticipación lo que va a pasar, para que otros conozcan lo que va a ocurrir, entendiendo esto se prevé y se pueden tomar medidas para evitar situaciones problemáticas. En la prevención se conjuntan dos conceptos previos, uno es hacer referencia a la preparación o una acción anticipada y otra, es la que tiene como objetivo el evitar males o daños.

Lo que se busca es dar a conocer a los padres de familia y que éstos prevean con antelación las fases que se avecinan dentro del núcleo familiar, y que les permita llevar a cabo acciones que impidan se generen problemáticas dentro del ciclo familiar, y si detectan que las complicaciones que enfrentan rebasan sus capacidades se puedan acercar a un

psicólogo familiar, el cual tiene las herramientas y conocimientos necesarios para acompañarlos a buscar soluciones a las problemáticas que les aquejan a los integrantes de la familia.

Dado lo anterior si los adultos conocen las etapas por las que se desarrollan sus niños y las niñas, podrán tener la capacidad de ir adecuando su interacción brindada la guía necesaria con la finalidad de propiciar el desarrollo y potencializar las capacidades de los hijos. Al actuar como un mediador, facilitador y guía el cual interviene entre el hijo y los medios en el que se desenvuelva, siendo estos los que lo apoya en la estructura de su pensamiento y facilita la aplicación de los nuevos conocimientos a las situaciones que se le presentan en su día a día. La actuación de los adultos en este rol, en el que tiene de cuidar y educar a los niños, determinará positiva o negativamente su potencial de crecimiento en todos los aspectos, que será determinante en el curso de su desarrollo (López y Guiamaro, 2016).

A modo de resumir las diferentes problemáticas que se pueden presentar frecuentemente en el ciclo vital familiar y en busca de promover la prevención, se realiza la propuesta concentrada en la siguiente tabla, la cual engloba las etapas, medidas preventivas y acciones que aluden a evitar o minimizar situaciones que generen crisis entre los miembros de la familia y los sistemas en los que se desarrollan. Con base a esta tabla se crean infografías que se encuentran divididas en etapas, para dar a conocer a los padres las posibles problemáticas, fomentando así la prevención dentro de su núcleo familiar.

Nota: Ver Apéndice A, B, C, D, E y F.

Tabla 5. Estrategias para padres en las diferentes etapas del ciclo vital familiar.

Etapas del Ciclo Vital	Medida preventiva	Acción
Formación de la pareja	<ul style="list-style-type: none"> • Reestructura la relación con la familia de origen. • Establece independencia. • Comunícate con tu pareja. • Genera acuerdos. 	<p>Establece una buena comunicación con tu familia de origen que no interfiera con la relación entre tu pareja.</p> <p>Mantén una relación de respeto con tu familia sin que tomen decisiones en tu vida de pareja.</p> <p>Determina un tiempo específico del día para platicar sobre tu día en pareja esto previene malos entendidos.</p> <p>Platica en pareja y tomen decisiones entre los dos.</p>
Padres primerizos	<ul style="list-style-type: none"> • Escucha consejos. • Toma tus decisiones. • Crea un vínculo afectivo. 	<p>Toma en cuenta los consejos de tus familiares y amigos y decidan juntos, como padres, lo que consideren mejor para su hijo.</p> <p>Habla con él, aunque tu hijo no te conteste, escucha todo lo que le dices y generen un</p>

	<ul style="list-style-type: none"> • Involúcrate en todo lo referente al nuevo miembro de la familia. 	<p>vínculo positivo.</p> <p>Forma parte en todo lo relacionado con tu hijo involúcrate en todas las necesidades que tiene.</p>
Padres con hijos en edad escolar	<ul style="list-style-type: none"> • Contesta sus dudas. • Involúcrate en su educación. 	<p>Responde sus dudas informando de forma real y veraz.</p> <p>Forma parte de su educación, asístelo en tareas y pregunta recurrentemente qué aprende en el colegio.</p>
Padres con hijos adolescentes	<ul style="list-style-type: none"> • Se flexible. • Escucha. 	<p>El adolescente quiere y necesita límites que sean adecuados para su edad y desarrollo, plantéate en qué puedes ser flexible, que no te perciba como un padre rígido.</p> <p>Sensibilízate y mantente atento en cuando tu hijo necesite hablar; a veces solo necesitan ser escuchados y ellos mismos</p>

	<ul style="list-style-type: none"> • Negocia con tu hijo. • Ayuda a tu hijo a fijarse metas. 	<p>encuentran la respuesta a sus inquietudes.</p> <p>Es fundamental no perder comunicación con ellos, negociando y llegando a acuerdos se mantendrá una mejor relación.</p> <p>Los adolescentes aprenden a pensar estratégicamente cuando los padres los alientan a fijar metas y les ayudan a elaborar un plan para alcanzarlas.</p>
<p>Padres con hijos en edad escolar y adolescentes.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Establece límites. • Fomenta el respeto. 	<p>Marca normas de los límites y reglas, explicándoles la importancia, para que aprenda lo que está bien de lo que está mal. Esto favorece su control sobre la frustración.</p> <p>Manifiéstate en todo momento y situaciones con respeto enseñando la importancia de esto en todos los medios en que se</p>

	<ul style="list-style-type: none"> • Discrepancias entre padres sin presencia de los hijos. • Genera comunicación entre los miembros de la familia. • Comparte tiempo con tus hijos. • Da ejemplo. • Se coherente. • No lo compares con otra persona. • Muestra afecto. 	<p>desenvuelven.</p> <p>Establezcan las reglas, permisos entre ambos, los desacuerdos entre padres no se discuten frente a los hijos.</p> <p>Establece un tiempo a la semana para platicar en familia de los sucesos de la semana.</p> <p>Habla, lee, juega, enséñale y sal con ellos.</p> <p>Los hijos imitan el comportamiento que ven en casa.</p> <p>Cada persona es única. Realizar comparaciones puede hacerlo sentir que no es lo suficientemente bueno.</p> <p>Haz que tus hijos se sientan aceptados y queridos, esto</p>
--	--	--

	<ul style="list-style-type: none"> • Elogia sus logros. • No lo sobreprotejas. • No grites. • Habla de forma clara y tranquilamente. • Valida sus emociones. 	<p>mejora el nivel de felicidad y autoestima.</p> <p>Reconoce sus logros y refuerza su buen comportamiento, esto mejora su autoestima.</p> <p>Dale espacio, deja que aprenda y crezca como individuo, permítele cometer sus propios errores.</p> <p>Gritar puede tener repercusiones y aumentar el nivel de enfado. Los gritos crean un acto de humillación y dolor.</p> <p>Háblales con respeto y argumentos en tus diálogos en las correcciones que tengas para tus hijos.</p> <p>Ayúdalo a expresarse, esto le ayudará a identificar emociones positivas y negativas.</p>
--	---	--

<p>Desprendimiento de los hijos</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ser padre es para siempre. • Respeta sus decisiones. • Opina, pero no impongas. 	<p>Los hijos adultos también requieren guía y consejos a lo largo de su vida.</p> <p>Vuélvete un espectador, disfruta esta etapa de su vida y confía en los valores que fomentaste en él.</p> <p>Aconséjalo y oriéntalo solo si él te lo pide.</p>
<p>Nido vacío</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Anticípate a su salida. • Enfócate a tu pareja si aún está presente. • Realiza nuevas actividades. 	<p>Anticiparse a su partida puede ayudar a prevenir el desarrollo de sensación de abandono, se debe reconocer que los hijos deben independizarse, pues se trata de un proceso normal de la vida.</p> <p>Al no tener a los hijos en casa permite disfrutar del reencuentro con tu pareja de aun tenerla.</p> <p>Experimenta nuevas cosas sobre todo aquellas que no podías por falta de tiempo.</p>

	<ul style="list-style-type: none"> • Mantén una sana comunicación 	<p>Mantente en contacto con los hijos con una sana comunicación ayuda a aliviar los sentimientos de nostalgia.</p>
Vejez y pérdida de la pareja	<ul style="list-style-type: none"> • Atiende los procesos naturales. • Trabaja el desapego. • Atiende el duelo. • Concientízate que somos finitos. 	<p>Pon atención en cuidados físicos, mejora tu alimentación y realiza actividades físicas.</p> <p>El apego excesivo hacia otras personas o cosas materiales, nos hace pensar que, si alguna de estas cosas falta, no podemos ser felices.</p> <p>La pérdida de pareja presenta un dolor que debe ser atendido, el apoyo de la familia es muy relevante en el proceso de duelo expresa tu dolor, y busca la ayuda profesional para llevar este proceso.</p> <p>Aprende a vivir más los momentos, disfruta de los</p>

		nietos y los pilares que labraste en tus hijos.
	<ul style="list-style-type: none"> • Prevé ciertas situaciones. 	Redactar un testamento, habla y escribe lo que te gustaría que ocurriera al momento de tu fallecimiento.

Fuente: Material e información extraídos de diferentes autores como Álava (2016); Domènech (2015); Castillero (2017); y Ledesma, (2020)

La tabla muestra el conjunto de las etapas del ciclo vital familiar, en la cual se proponen acciones y medidas preventivas para diferentes crisis que se puedan presentar en la pareja tanto como en el núcleo familiar, con el objetivo de dar a conocer estos momentos de estrés y poder superar positivamente posibles complicaciones en el funcionamiento familiar.

8 Conclusiones

Como resultado de los lazos familiares, se llegan a evidenciar ciertos comportamientos por parte de los hijos, que en muchos casos revela el accionar íntimo de los padres de familia, ya que como afirma López (2015):

La influencia de la familia en el proceso de educación y en el desarrollo de los niños y niñas se evidenciará en las diferentes dimensiones evolutivas y, a

su vez, estas características adquiridas en cada familia se interconectarán con los contextos socializadores externos como lo son la escuela y el grupo de iguales (p.5).

La familia en cada individuo en su evolución es el núcleo educacional dentro de la sociedad ya que desarrolla en cada uno de sus miembros una manera determinada de desenvolverse en diferentes contextos de los que hace parte, de manera que refleja lo que la familia ha aprendido en el hogar determinando así ciertos patrones de comportamiento. De la misma forma lo consideran López y Guiamaro (2016), mencionan que la familia es la primera estancia educativa de tal modo que es importante potenciar las capacidades y habilidades necesarias para que el impacto de la sociedad sea óptimo, promoviendo así una sociedad donde la educación y la familia trabajen juntas para convertirse en una red de apoyo para la construcción de ciudadanos responsables.

Vale la pena resaltar que el papel de la integración familiar en el desarrollo social de los hijos está ligado a las relaciones interpersonales que se llevan al interior del núcleo familiar, en este sentido sus miembros aportan acciones positivas y siendo proactivos a la sociedad en general. Dado que desde el hogar los modelos de comportamiento han demostrado ser beneficiosos para la sociedad ya que se transmiten desde el hogar, de igual forma también se transmiten otros modelos que tienen efectos profundos en el funcionamiento negativo de la sociedad. El rol que desempeña la familia en el desarrollo social es vital, esto se debe a que es el medio por el cual se prepara a los niños y adolescentes para su desenvolvimiento social (Franco et al., 2017).

Es en la familia donde se fundamentan valores y también comportamientos que inciden de forma directa en el bienestar de los demás. A través de la crianza y el cuidado que

reciben los hijos en el hogar, el cual va lleno de afectividad, apoyado en la comunicación y el estilo de la educación se reciben bases que les permiten ser mejores seres humanos, procurando siempre el bienestar social, dejando a un lado el individualismo y siendo parte de la sociedad. Dado que la sociedad es un reflejo de lo que sucede en el seno de la familia, los patrones de conducta que se le inculquen deben basarse en el respeto a la diversidad de perspectivas, pensamientos y acciones de género (Franco et al., 2017; López y Guiamaro, 2017).

La familia es el núcleo familiar donde se influye en el desarrollo de los hijos desde su propia concepción, puesto que el estado de salud de la madre durante la gestación tiene consecuencias en el desarrollo del hijo. Dado que la salud de la madre durante el embarazo afecta el desarrollo del niño, la familia influye en el desarrollo del niño desde la concepción. De igual forma, las condiciones económicas, sociales y culturales en las que se desarrollan son importantes para estímulos y experiencias que inciden en su desarrollo en todos los aspectos: físico, cognitivo, socioemocional, psicomotor y lingüístico (López y Guiamaro, 2016).

El ambiente que rodea a los niños como lo es su familia, el grupo de pares y las personas significativas en su vida, tienen un rol trascendente sobre el desarrollo del niño, como afirma Vygotsky (1979) las personas por las cuales se rodea, no solo con el contacto físico sino también con el contacto afectivo, dirigen, impulsan y lo motivan a avanzar en el aprendizaje de los niños de tal forma que aportan al desarrollo afectivo y social de cada uno.

En la familia se encuentra el principal grupo en el que se desarrolla un ser humano, en el que aprende a socializar y en el que se forman los cimientos afectivos de la vida. En casa, los niños aprenden a adquirir las habilidades y competencias necesarias para formar parte de la sociedad y afrontar las situaciones que se presentan en su vida a lo largo de su etapa de crecimiento (Gallego et al., 2019).

La responsabilidad y la seguridad emocional de los hijos dependerá de los vínculos de apego, como de la relación que se establece y del desarrollo de la autoestima. Los padres deben tener la capacidad de transmitir seguridad, de brindar confianza y propiciar el desarrollo adecuado de la autoestima.

La familia se organiza de acuerdo a las pautas y prácticas de crianza de las cuales fueron formadas en sus respectivos núcleos, creando una identidad propia y la cual será transmitida a los nuevos miembros de su propia familia siendo esta un molde que todo infante y adolescente toma de base para su desarrollo personal.

Finalmente, para Suarez y Valdez (2019), el rol familiar es entendido como la responsabilidad de los integrantes de la familia a transmitir valores y principios a los hijos, para poder desarrollarse y desenvolverse con la sociedad como principal propósito. Esto se aplica en todos los modelos familiares por lo que, si los vínculos familiares fueran equivalentes sólo a los lazos consanguíneos, un niño adoptado nunca podría establecer una relación cordial con sus padres adoptivos, puesto que sus instintos familiares le llevarían a rechazarlos y a buscar la protección de los padres biológicos. Los lazos familiares, por tanto, son resultado de un proceso de interacción entre una persona y su familia.

El funcionamiento familiar consiste en la capacidad del sistema familiar para cumplir con sus funciones esenciales enfrentando y superando cada una de las etapas del ciclo vital,

las crisis por las que atraviesa, dando lugar a patrones que permiten ver la dinámica interna en función del medio en que la familia se desenvuelve. Estas deben de cumplir con las siguientes demandas:

- Satisfacción de necesidades biológicas y psicológicas de los hijos
- Socialización
- Bienestar económico
- Mediadora con otras estructuras sociales

Con relación a lo descrito durante este manuscrito se desarrolló dada la importancia que tiene la familia a lo largo del desarrollo de una persona, conjuntando las etapas por las que pasan las personas desde su nacimiento, su desarrollo en sus diferentes etapas, los roles que desempeñan en el sistema familiar, y el desarrollo de los mismos en las diferentes etapas del ciclo vital.

Considerando la importancia de la familia en el desarrollo humano este trabajo se propuso identificar las posibles situaciones que perturban el sistema familiar en sus diversas etapas, con el objetivo de plantear una serie de consejos como medida preventiva a estas posibles problemáticas, con el firme propósito de asistir a los padres a un mejor involucramiento positivo en el sistema familiar, el sistema de arte o de prevención es parte importante de no generar mayor impacto negativo entre los integrantes de la familia nuclear, de igual forma se induce a los padres a buscar asistencia del profesional en terapia familiar sistémica, el cual los orientará y facilitará la comunicación para la resolución de los conflictos familiares.

La familia, es como una pequeña sociedad, es donde se viven pruebas y fracasos rodeados por un ambiente de protección, de tolerancia, de firmeza y de cariño, siendo un

medio flexible que limita y que contiene, y al mismo tiempo es la línea de sucesión entre niño y adulto y el mejor medio de comunicación entre dos o más generaciones. De esta forma también se vuelve un organismo liberador encargado de la liberación del adolescente maduro, que ya está listo para la formación de su propia unidad familiar. La familia es un factor muy significativo, siendo un grupo social natural, en cada etapa del ciclo vital determinando la reacción de sus miembros a través de incentivos desde dentro, expresados en la protección psicosocial de sus miembros y desde fuera, donde la adaptación a la cultura y la transformación de esta cultura se permite, favoreciendo a sus integrantes a ampliar sus oportunidades como mejores individuos, los cuales se desarrollarán mejor en su entorno, facilitando y contribuyendo a una mejor sociedad (Estrada, 2007; Minuchin, 1977).

Como se describió a lo largo del manuscrito la familia es determinante para el desarrollo humano y por ende de la sociedad, tomando en cuenta que el desconocimiento y la falta de atención preventiva incrementa las posibilidades de etapas del ciclo vital familiar negativas o mal enfrentadas será inversamente proporcional a rupturas familiares y posibles problemas con todos los individuos que conformen el sistema familiar, como psicólogos se considera importante dar a conocer los focos rojos de las diversas etapas del ciclo vital familiar y la atención oportuna para la resolución de los mismos, a medida que los padres sean conocedores de las alertas, de tal forma que sean la primera línea de atención y resolución de los problemas familiares.

Al mismo tiempo que los miembros de la familia estén conscientes de cuándo es necesaria la ayuda e intervención de un especialista, sea normalizada la asistencia a terapia en el momento que los individuos no puedan solucionar problemáticas o crisis durante situaciones de su vida.

La Organización Mundial de la Salud en el año 2006 define la Salud como "estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades". Por lo cual el bienestar socioemocional es igual de importante que el estado físico, es por ello que los psicólogos se forman como especialistas en la conducta y comportamiento humano para ayudar a superar los estados de crisis de las personas. Razón por la cual, nosotros como futuros profesionales de la salud mental, tenemos un gran reto por delante.

Referencias

- Alvarado, M. (1995). La familia en México CNDH Editorial Santillán, México.
- Anderson, H. (2003). Possibilities of a postmodern collaborative approach to therapy and consultation. Workshop handout. México City. Grupo Campos Elíseos.
- Berger, B., y Luckmann T. (1999). La construcción social de la realidad. Editorial Talleres gráficos taller Efe, Buenos Aires- Argentina.
<http://cmap.javeriana.edu.co/servlet/SBReadResourceServlet?rid=1K7H81GYJG94DMX-2R1>
- Bermúdez, M. (2014). El rol del padre y desarrollo de los hijos (Bogotá D.C). Contribución de papá y mamá al bienestar infantil y a la seguridad emocional de niños [Monografía].<https://repositorio.uniandes.edu.co/bitstream/handle/1992/7838/u703866.pdf?sequence=1>
- Bertalanffy, L. (1976). Teoría general de los sistemas. México: Fondo de Cultura Económica, 1976.
- Cantero, M, Delgado, B, Gión, S., González, C, Martínez, A., Navarro, I, Pérez, N. y Valero, J. (2012). Psicología del desarrollo humano del nacimiento a la vejez. Editorial Club Universitario.
- Capano, A., Ubach, A. (2013). Estilos parentales, parentalidad positiva y formación de padres. Ciencias psicológicas, 7(11): 83-95.
http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1688-42212013000100008

- Cardona, Á., Valencia, E., Duque, J., Londoño-Vásquez, D. (2015). Construcción de los planes de vida de los jóvenes: una experiencia de investigación en la vereda La Doctora, Sabaneta (Antioquia). *Aletheia. Revista de Desarrollo Humano, Educativo y Social Contemporáneo*, 7(2): 90-113. <http://aletheia.cinde.org.co/index.php/ALETHEIA/article/view/257/209>
- Carter, B. y McGoldrick, M. (1999). Overview. In Carter, B. and McGoldrick, M. *The expanded family life cycle: Individual family and social perspectives*. (3rd ed). Boston MA: Allyn and Bacon.
- Cowan, P. y Cowan, C. (2012). Normative Family Transitions, Couple Relationship Quality, and Healthy Child Development. En F. Walsh (Ed.). *Normal Family Processes. Growing Diversity and Complexity* (4th ed.), (pp. 428-451). New York: The Guilford Press
- D'Andrea, A. (2009). Los desafíos evolutivos de la familia adoptiva. *Psicoperspectivas*, VIII (1), 159-194. <http://www.psicoperspectivas.cl>
- Enríquez, L. (2014). Satisfacción marital en parejas que atraviesan la etapa de nido vacío (estudio realizado en la iglesia sagrada familia de Quetzaltenango, comprendido entre las edades de 45 a 60 años) [tesis de licenciatura, Universidad Rafael Landívar]. Repositorio Institucional. <http://biblio3.url.edu.gt/Tesario/2014/05/42/Enriquez-Lourdes.pdf>.
- Erickson, E. (1982). *Trabajo y amor en la Edad Adulta*. Barcelona. Editorial. Grijalbo.
- Eroles, C. (2000). *Familia y trabajo social*. Editorial Espacio. Argentina
- Estrada, L. (2007). *El ciclo vital de la familia*. Editorial Del bolsillo. México.
- Estremero, J y García, X. (2004). *Familia y Ciclo vital familiar. Manual para la salud de la mujer*. p: 19-23. <https://www.fundacionmf.org.ar/files/4%20familia%20y%20ciclo%20vital.pdf>
- Feixas, G. y Villegas, M. (2000). *Constructivismo y psicoterapia*. Bilbao: Desclée de Brouwer

- Franco, H., Londoño, D., Restrepo, D. (2017). Habilidades para la vida en jóvenes universitarios: una experiencia investigativa en Antioquia. *Katharsis*, 24: 157-182.
<http://revistas.iue.edu.co/index.php/katharsis/article/view/970/1236>
- Gallego, A. M, Pino, J. W, Álvarez, M. M., Vargas, E. y Correa, L. V. (2019). La dinámica familiar y estilos de crianza: Pilares fundamentales en la dimensión socioafectiva. *Hallazgos*, 16(32), 131-150. <https://doi.org/10.15332/2422409X.5093>
- González, M. y Landero, R. (2011). Apoyo social, estrés y autoestima en mujeres de familias monoparentales y biparentales. *SUMMA psicológica*, 29-36.
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (2020). Censo de Población y Vivienda 2020. <https://cuentame.inegi.org.mx/poblacion/hogares.aspx?tema=P>
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (2020). Censo de Población y Vivienda 2020. https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/aproposito/2021/EAP_POBLAC21.pdf
- Jara, C. (2011). Ciclo Vital Familiar. Diploma de Fortalecimiento de la Capacidad Resolutiva para Médicos de Atención Primaria, 1-7
- Lamas, M. (2002). *Cuerpo: diferencia sexual y género*. México, Taurus.
- López, G. (2015). El rol de la familia en los procesos de educación y desarrollo humano de los niños y niñas. Universidad Metropolitana. p: 1-30.
https://www.uam.mx/cdi/pdf/redes/xi_chw/cendif_rol.pdf
- López, G., y Guiamaro, Y. (2016). El rol de la familia en los procesos de educación y desarrollo humano de los niños y niñas. *Ixaya. Revista Universitaria de Desarrollo Social*, (10), 31-55.
- López, H. (2016). Los once tipos de familia en México. *AMAI*, 47, 26-31.
<https://amai.org/revistaAMAI/47-2016/6.pdf>

- Magnabosco, M. (2014). *El Construccinismo Social como abordaje teórico para la comprensión del abuso sexual*. Revista de Psicología, Lima, Vol. 32 No. 2, p. 219-242
http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0254-92472014000200002&lng=es&nrm=iso
- Mansilla, M. (2000). *Etapas del desarrollo humano*. Revista de Investigación en Psicología, Vol.3 No.2.
- Martínez, L. (2018 01 de agosto). ¿A qué edad se independizan los mexicanos de la casa familiar? *El economista*. <https://www.economista.com.mx/finanzaspersonales/A-que-edad-se-independizan-los-mexicanos-de-la-casa-familiar-20180801-0032.html>
- Merino P. (2007). Educación moral en la familia: desafíos y oportunidades. Revista de Estudios y Experiencias en Educación, 11:113-124.
<http://www.redalyc.org/pdf/2431/243117032007.pdf>
- Minuchin, S. (1977). Familias y terapia familiar. Barcelona: Gedisa.
- Minuchin, S. y Fishman, Ch. (1993). Técnicas de terapia familiar. México: Paidós.
- Organización Mundial de la Salud. (2006). Constitución de la Organización Mundial de la Salud. https://www.who.int/governance/eb/who_constitution_sp.pdf
- Pallol, R. (2004). La jaula dorada: evolución de la juventud y de la familia españolas en la transición, un estudio de historia sociodemográfica. La transición a la democracia en España: actas de las VI Jornadas de Castilla-La Mancha sobre Investigación en Archivos.
- Papalia, D. Wendkos, S. y Duskin, F. (2012) Desarrollo Humano. duodécima edición., McGrawhill/Interamericana Editores, S.A. DE C.V.
- Polaino, A. y García, D. (1993). Terapia familiar y conyugal. Principios, modelos y programas. Madrid, España: Ediciones Rialp, S.A.

Polonio, B. Castellanos, M. y Viana, I. (2008) *Terapia Ocupacional en la Infancia*. Editorial. Panamericana.

Real Academia Española. (2022). *Diccionario de la lengua española (edición del tricentenario)*.
<https://dle.rae.es/crisis>

Rhodes, S, y Wilson, J. (1981). *Surviving family life*. G. P. Putnams Sons: New York.

Rhodes, S. (1977). Un enfoque de desarrollo del ciclo de vida familiar. *Revista de Trabajo Social*.
Revista Social casework, mayo de 1977.
<https://repositorio.uc.cl/bitstream/handle/11534/6191/000379753.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Rodríguez, Á. J. (2020). *Comunicación y negociación en los roles familiares* (Tesis de pregrado). Benemérita Universidad Autónoma de Puebla, Puebla, México.

Sánchez, L. (2002). Aspectos históricos y enfoques de la terapia familiar.

Semenova, N., Zapata, J. y Messenger, T. (2015). Conceptualización de ciclo vital familiar: una mirada a la producción durante el periodo comprendido entre los años 2002 a 2015. *CES Psicología*, 8(2), 103-121.

Simkin, H. y Becerra, G. (2013). El proceso de socialización. Apuntes para su exploración en el campo psicosocial. *Ciencia, docencia y tecnología*, 24 (47):119-142.
<http://www.redalyc.org/pdf/145/14529884005.pdf>

Shotter, J. y Lannamann, J. (2002). The situation of social constructionism. *Theory and Psychology*, 12(5), 577-609.

Suárez, P., Vélez, M. (2018). El papel de la familia en el desarrollo social del niño: una mirada desde la afectividad, la comunicación familiar y estilos de educación parental. *Revista Psicoespacios*, 12(20): 173- 198. [//doi.org/10.25057/issn.2145-2776](https://doi.org/10.25057/issn.2145-2776)

- Terranova, A, Viteri, E, Medina, G. y Zoller, M. J. (2019). Desarrollo cognitivo y funcionalidad familiar de infantes en las comunidades urbano-marginales de Ecuador. *Revista de Ciencias Sociales (Ve)*, XXV(E-1), 330-340. <https://doi.org/10.31876/rcs.v25i1.29626>
- Touriño, R. Baena, E. Benítez, N. Abelleira, C. y Fernández, J. (2010). *Evaluación Familiar en Rehabilitación*. Evaluación en Rehabilitación Psicosocial, (125-134).
- Valdivia, C. (2008). La familia: concepto, cambios y nuevos modelos. *La Revue du REDIF*, p. 15-22.
- Valdivieso, G. (2007): El ciclo vital de la familia [tesis de licenciatura, Universidad del Azuay]. Repositorio Institucional. <https://dspace.uazuay.edu.ec/bitstream/datos/1148/1/06264.pdf>
- Vargas, I. (2013). Familia y Ciclo Vital Familiar. OMS, 1-9.
- Villagómez, V. (2016). Tipos de familia de los internos de la clínica contra las adicciones La Paz [tesis de licenciatura, Universidad Don Bosco, A.C.]. Repositorio Institucional. <https://eds-s-ebsohost-com.pbidi.unam.mx:2443/eds/detail/detail?vid=1&sid=fe513564-3a06-47fc-96b8-469ce19f28c4%40redis&bdata=Jmxhbmc9ZXMmc210ZT11ZHMtbGl2ZQ%3d%3d#AN=tes.TES01000756965&db=cat02029a>
- Villalobos, A. (1999). La problemática de la familia de hoy. *Adolescencia y Salud*, 1 (1), 80-82. http://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1409-41851999000100012&lng=en&tlng=es.
- Villarreal, D. y Paz, A. (2015). Terapia familiar sistémica: Una aproximación a la teoría y la práctica clínica. *Interacciones*, 1(1), 45-55
- Vygotsky, L.S. (1979). El desarrollo de los procesos psicológicos superiores. Barcelona, España: Crítica

Waltrick, A. Duarte, M. (2000). Estudio de las características antropométricas de escolares de 7 a 17 años. Rev bras cineantropom desempenho hum.

Willis, A. Ricciuti, H. (1990). Orientaciones para la Escuela Infantil de 0 a 2 años. Madrid. Editorial. Morato.

PREVÉ problemas con tu pareja



Reestructura la relación con tu familia.



Pon límites entre tu familia y tu relación de pareja.

Sean independientes

Escucha respetuosamente los consejos de tu familia y tomen sus propias decisiones.



BUENA COMUNICACIÓN.



Determina un tiempo específico del día para hablar con tu pareja.

Genera acuerdos.

Platica en pareja hagan acuerdos y tomen decisiones entre ambos.



Quando las problemáticas te rebasen, acude a una Terapia de pareja.

El Psicólogo en Terapia Familiar te ayudara a salir adelante en esta etapa y sus complicaciones.



Elaborado por:
José Eduardo Zarza Martínez.

Referencia.
Material e información extraídos de diferentes autores como Alava (2016); Doménech (2015); Castillero (2017); y Ledesma, (2020).
Imágenes recopiladas de Google imágenes.

4 Medidas preventivas para padres primerizos

- ## 1 Escucha consejos.

Sus familiares y amistades opinaran sobre el cuidado y atencion de tu hijo, presta atencion a sus consejos.


- ## 2 Toma tus decisiones

Toma en cuenta los consejos de tus familiares y amigos, decidan juntos, como padres, lo que consideren mejor para su hijo.


- ## 3 Crea un vínculo afectivo

Habla con él, aunque tu hijo no te conteste, él escucha todo lo que le dices y generen un vínculo positivo.


- ## 4 Involúcrate en todo lo referente al bebé

Forma parte en todo lo relacionado con tu hijo de sus cuidados y necesidades.



Cuando las problemáticas te rebasen, acude a una Terapia Familiar.

El Psicólogo en Terapia Familiar te ayudara a salir adelante en esta etapa y sus complicaciones.



Elaborado por:
José Eduardo Zarza Martínez.

Referencia.
Material e información extraídos de diferentes autores como Alava (2016); Doménech (2015); Castillero (2017); y Ledesma, (2020).
Imágenes recopiladas de Google imágenes.

Medidas preventivas para conflictos entre padres e hijos.

Contesta sus dudas. ➤

Responde sus preguntas informando de forma real y veraz.



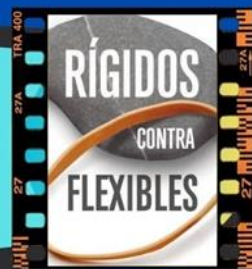
Involúcrate en su educación. <<

Asístelo en tareas y pregunta frecuentemente qué aprende en el colegio.



Se flexible. ➤

Plantéate en qué puedes ser flexible, que no te perciba como un padre rígido.



Escucha. <<

Mantente atento en cuando tu hijo necesite hablar; a veces solo necesitan ser escuchados.



Ayuda a tu hijo a fijarse metas. ➤

Ayudale a elaborar metas y un plan para alcanzarlas.



Establece límites. <<

Establece los límites y reglas, explicándole la importancia de esto.



Referencia.

Material e información extraídos de diferentes autores como Alava (2016); Domènech (2015); Castillero (2017); y Ledesma, (2020).
Imágenes recopiladas de Google imágenes.

Elaborado por:

José Eduardo Zarza Martínez.




Fomenta el respeto..

Manten el respeto todo momento y situaciones.

Discrepancias entre padres sin presencia de los hijos.

No discutan frente a los hijos.




Genera comunicación entre los miembros de la familia.

Establece un tiempo a la semana para platicar en familia




Comparte tiempo con tus hijos.

Habla, lee, juega, enséñale y sal con ellos.



Da ejemplo. Se coherente.


Los hijos imitan el comportamiento que ven en casa.



No lo compares con otra persona.

Realizar comparaciones puede hacerlo sentir que no es lo suficientemente bueno.

Comparar
No te ayuda ni le ayuda.



Muestra afecto.

Haz que tus hijos se sientan aceptados y queridos.



Referencia. Material e información extraídos de diferentes autores como Álava (2016), Doménech (2015), Castillero (2017), y Ledesma, (2020).
Imágenes recopiladas de Google imágenes.

Elaborado por:
José Eduardo Zarza Martínez.



◀◀ Elogia sus logros.

Esto mejora su autoestima.

▶▶ No lo sobreprotejas.

Dale espacio y permítele cometer sus propios errores.



◀◀ No grites.

Los gritos crean un acto de humillación y dolor.

Habla de forma clara y tranquilamente.

Háblales con respeto y argumentos



Valida sus emociones.

Ayúdalo a expresarse, esto le ayudará a identificar emociones positivas y negativas.

Cuando las problemáticas te rebasen, acude a una Terapia Familiar.

El Psicólogo en Terapia Familiar te ayudara a salir adelante en esta etapa y sus complicaciones.



Referencia.

Material e información extraídos de diferentes autores como Alava (2016); Doménech (2015); Castellero (2017); y Ledesma, (2020).
Imágenes recopiladas de Google imágenes.

Elaborado por:
José Eduardo Zarza Martínez.

¿COMO LIDIAR CON LA SALIDA DE LOS HIJOS DEL HOGAR ?



Entender que:

En esta etapa los hijos emprenden su camino a formar su propia familia.

Respetar sus decisiones.

- Vuélvete un espectador, disfruta esta etapa de su vida.
- Confía en los valores que fomentaste en él.

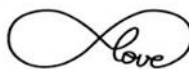


Opina pero no impongas.

Aconséjalo y orientalo solo si él te lo pide.

Ser padre es para siempre.

Los hijos adultos también requieren guía y consejos a lo largo de su vida.



Cuando las problemáticas te rebasen, acude a una Terapia Familiar.



El Psicólogo en Terapia Familiar te ayudara a salir adelante en esta etapa y sus complicaciones.

Elaborado por:

José Eduardo Zarza Martínez.

Referencia. y sus complicaciones. Material e información extraídos de diferentes autores como Álava (2016); Doménech (2015); Castillero (2017); y Ledesma, (2020). Imágenes recopiladas de Google imágenes.

ETAPA DEL NIDO VACIO



CUATRO ACCIONES PARA SUPERAR ESTA ETAPA.

ANTICIPATE A SU SALIDA.

Reconoce que los hijos deben independizarse, pues se trata de un proceso normal de la vida.



ENFÓCATE A TU PAREJA.

Disfruta del tiempo en pareja.



REALIZA NUEVAS ACTIVIDADES.

Experimenta nuevas cosas; esas que no pudiste hacer antes.



MANTÉN UNA SANA COMUNICACIÓN

Es la estación más fría. Algunas partes del mundo experimentan lluvia fría y nieve durante esta temporada.



Quando las problemáticas te rebasen, acude a una Terapia Familiar.



*** El Psicólogo en Terapia Familiar te ayudara a salir adelante en esta etapa y sus complicaciones.**

Elaborado por:
José Eduardo Zarza Martínez.

Referencia.
Material e información extraídos de diferentes autores como Alava (2016), Doménech (2015), Castillero (2017), y Ledesma, (2020).
Imágenes recopiladas de Google imágenes.

ACCIONES PARA AFRONTAR LA VEJEZ Y LA PÉRDIDA DE PAREJA.

Pon atención en cuidados físicos.

Mejora tu alimentación y realiza actividades físicas.



Trabaja el desapego.



El apego excesivo hacia otras personas o cosas materiales, nos hace pensar que, si alguna de estas cosas falta, no podemos ser felices.

Atiende el duelo.



Expresa tu dolor, y busca la ayuda profesional para llevar este proceso.

Concientízate que somos finitos.

Aprende a vivir más los momentos, disfruta de los nietos y los pilares que labraste en tus hijos.



Prevé ciertas situaciones.



Redactar un testamento, habla y escribe lo que te gustaría que ocurriera cuando fallezcas.

Cuando las problemáticas te rebasen, acude a una Terapia Familiar.



El Psicólogo en Terapia Familiar te ayudara a salir adelante en esta etapa y sus complicaciones.

Elaborado por:
José Eduardo Zarza Martínez.

Referencia:
Material e información extraídas de diferentes autores como Alava (2016), Doménech (2015), Castiello (2017), y Ledesma, (2020).
Imágenes recopiladas de Google imágenes.