SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL
UNIDAD AJUSCO
LICENCIATURA EN PEDAGOGÍA

LA COMUNICACIÓN ENTRE PADRES E HIJOS ADOLESCENTES UN ESTUDIO DE CASO MEDIANTE LA ORIENTACION EDUCATIVA

TESIS

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE LICENCIADAS EN PEDAGOGÍA

PRESENTAN:

MARIANA FABIAN MIGUEL

NATALIA PÉREZ ISLAS

ASESORA:

MTRA: DOLORES GUADALUPE MEJÍA RODRÍGUEZ

CIUDAD DE MÉXICO, MAYO, 2025

UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL

Secretaría Académica
Área Académica 5
Teoría Pedagógica y
Formación Docente
Programa Educativo:
Licenciatura en Pedagogía
Ciudad de México, marzo 13 de 2025.

TURNO MATUTINO
F(03) S(09)

DESIGNACIÓN DE JURADO DE EXAMEN PROFESIONAL

La Coordinación del Área Académica Teoría Pedagógica y Formación Docente, tiene el agrado de comunicarle que a propuesta de la Comisión de Titulación ha sido designado **SINODAL** del Jurado del Examen Profesional de: **MARIANA FABIAN MIGUEL Y NATALIA PÉREZ ISLAS,** pasantes de esta Licenciatura, quienes presentan la **TESIS** titulada: **"LA COMUNICACIÓN ENTRE PADRES E HIJOS ADOLESCENTES. UN ESTUDIO DE CASO MEDIANTE LA ORIENTACIÓN EDUCATIVA"**, para obtener el título de Licenciada en Pedagogía.

Reciba un ejemplar de la misma para su revisión y DICTAMINACIÓN. Se le recuerda que con base en el Artículo 39 del Reglamento General de Titulación Profesional de Licenciatura, dispone de un plazo no mayor de 20 días hábiles, a partir de la fecha de recibido, para emitir el dictamen por escrito correspondiente.

JURADO	NOMBRE
Presidente (a)	RAYMUNDO IBAÑEZ PÉREZ
Secretaria (o)	DOLORES GUADALUPE MEJÍA RODRÍGUEZ
Vocal	MARIO FLORES GIRÓN
Suplente	RICARDO ALBERTO RIVERA ENRÍQUEZ

Atentamente
"EDUCAR PARA TRANSFORMAR"

GEORGINA RAMÍREZ DORANTES
Presidente de la Comisión de Titulación
Programa Educativo: Licenciatura en Pedagogía

NOTA: Oficio revisado y aprobado por el Consejo de la Licenciatura en Pedagogía el 03/10/14 y por el Consejo Interno del Área Académica 5: Teoría Pedagógica y Formación Docente el 23/10/14 y entró en vigor el 05/11/14.

c.c.p.- Comisión de Titulación.
Alumnas.
IEH/SUP/ECO

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN 10
CAPÍTULO I: METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN 14
1.1 Procedimiento 14
1.2 Estudio de caso 16
1.3 Tipos de muestra 19
1.4 Instrumentos utilizados 20
1.5 Diseño metodológico 23
1.6 Simbología 24
1.7 Respuestas de las entrevistas 25
CAPÍTULO II: EL SER ADOLESCENTE 34
2.1 Adolescencia: Concepto 34
2.2 Algunas características del adolescente 44
2.3 Retos y riesgos del adolescente hoy en día 51
CAPÍTULO III: LA COMUNICACIÓN 59
3.1 Proceso de la comunicación: concepto 59
3.2 Tipos de comunicación 66
3.3 Estilos de comunicación 71
3.4 La comunicación entre adolescentes 79
CAPÍTULO IV: EL IMPACTO DE LA FAMILIA DURANTE LA ADOLESCENCIA 84
4.1 Acerca de la familia: Concepto 84
4.2 Tipos de familia 92
4.3 Estilos de crianza 95
4.4 La familia y el adolescente 99
4.5 La orientación educativa como un factor de protección 101
4.6 Factores de protección 108
CONCLUSIONES 111
REFERENCIAS 116
ANEXOS 118

AGRADECIMIENTOS NATALIA PÉREZ

A mis queridos padres

Gracias por darme las suficientes fuerzas y ser ese rayito de luz que me motiva a cumplir cada una de mis metas, este logro no solo es mío sino también de ustedes por ser unos padres ejemplares, por su fe en mi y por su ejemplo de vida.

A ti mamá:

Gracias por cada regaño, insistencia y cada motivación de seguir escribiendo la tesis, realmente siempre tuviste la razón, cada intento vale la pena, por tu cariño y amor, atención de cuidar de mí cuando pase malos momentos de estrés, ansiedad, gracias por tu amor incondicional, tu sacrificio, paciencia y tu constante apoyo a lo largo de esta etapa.

A ti papá:

Gracias por tu apoyo, por creer en mí, por estar en esta etapa y en un logro más de mi vida; eres mi ejemplo de responsabilidad, trabajador, esfuerzo y perseverancia a seguir. Gracias por enseñarme la importancia del compromiso, la honestidad y la dedicación. Tus consejos me han acompañado siempre.

A mis hermanas:

Minúsculas, gracias por su apoyo incondicional, por su motivación, por sus ánimos en cada momento difícil de estrés y ansiedad, fueron mi curita al corazón por alegrarme mis días, me han enseñado bastante y estoy muy orgullosa de ustedes, este logro es dedicado especialmente para ustedes, así como me han brindado lo mejor yo quiero lo mismo para ustedes, las amo con todo mi corazón.

Gracias por todo y este logro es nuestro, los amo. ♡

Mariana

Amiga de mi corazón y de todo proceso de la carrera, te agradezco por tu linda amistad, por tu apoyo, por tus consejos, por estarme carrereando con la tesis, por los regaños, por cada experiencia vivida dentro y fuera de la universidad. Has sido mi gran compañera en este camino largo, que a pesar de que nos distanciamos por pandemia siempre tratamos de estar en contacto.

He aprendido bastante de ti, de ser más fuerte y no rendirme tan fácil, a buscar siempre el lado positivo a las cosas, aunque en ocasiones somos bien negativas y bromeamos con nuestras situaciones, realmente sigo pensando que en realidad necesitamos una "limpia" jajaja.

No puedo creer que, de ser unas desconocidas, preguntándonos en dónde se encontraba el salón de clases llegamos juntas a esta etapa y de titularnos juntas. Obviamente pasamos por cosillas turbias, Pero se logró, felizmente puedo decir que ¡SE LOGRÓ!

Gracias por tu dedicación, tu compromiso y por el trabajo en equipo que supimos construir. Juntas enfrentamos desafíos, aprendimos y crecimos como docentes y como personas. Esta tesis es el resultado de un esfuerzo compartido, de noches sin dormir, de gran estrés, de momentos de ansiedad, y me siento afortunada de haber recorrido este camino contigo.

Mil gracias de todo corazón, te quiero muchísimo♡

Profesora Dolores

A mi gran asesora de tesis, gracias por su guía, en especial por su paciencia, de haber batallado con nuestra falta de compromiso en algún tiempo que dejamos de escribir, por ser esa gran profesora que nos acompañó a lo largo de este proceso. Gracias por compartir sus conocimientos, por orientarnos con claridad y por impulsarnos a dar siempre lo mejor de nosotras. Su acompañamiento fue fundamental para la realización de este trabajo y para nuestro crecimiento académico y personal.

Gracias por creer en nuestro proyecto, por corregir cada detalle con paciencia, por su tiempo, porque sabíamos que cambiaba ciertos horarios para atendernos y por enseñarnos a ver más allá de los resultados, valorando el proceso de aprendizaje. Esta tesis no solo es un reflejo del trabajo realizado, sino también de su apoyo firme y generoso que usted nos ofreció.

Me siento profundamente agradecida por haber contado con su guía en esta etapa tan importante de mi formación.

AGRADECIMIENTOS MARIANA FABIAN

Quiero extender mis más sinceros agradecimientos a:

Mis padres:

Nunca habrá palabras suficientes para expresar todo el agradecimiento que siento hacía ustedes, desde que tengo uso de razón han sido mi inspiración, mi fortaleza y mi motivación, esto no sería posible sin ustedes y sin todo el esfuerzo que hacen e hicieron por darme siempre lo mejor. Este logro también les pertenece, gracias por tanto.

Mamá:

Fuiste, eres y ruego a Dios sigas siendo, mi guía, mi mayor apoyo, y la persona que más confía en mí, gracias por incentivarme a emprender este viaje y acompañarme siempre sin importar las distancias que tuvimos que recorrer, por más cortas o largas que fueran estuviste a mi lado para cuidarme y enseñarme, gracias por tú dedicación inquebrantable, gracias por ser la mujer y mamá más increíble que pudiera pedir, ten por seguro que todo lo que soy y todo lo que logre, siempre llevará tu huella.

Papá:

Esforzándote hasta el cansancio, inicias tu día a las 5 de la mañana y lo terminas a las 11 de la noche, todo para que nunca nos falte nada; admiro tu fortaleza, resiliencia, valentía y perseverancia, te agradezco los chistes, las enseñanzas y las historias, porque con cada una de ellas me has enseñado a enfrentar la vida, gracias por estar ahí, por mover tus rutas para llevarme y recogerme, gracias por ser el papá que eres, porque si tuviera la oportunidad de elegir a alguien más, te elegiría a ti siempre.

Ivoncita:

Has sido desde siempre fuente de inspiración para mí, te admiro más de lo que pudiera expresar; gracias por cada consejo, por cada regaño, por el amor (expresado a tu manera) y por ese apoyo constante que ha sido un pilar fundamental para recorrer este camino. Tu confianza en mí ha sido uno de los motores que me ha impulsado a

seguir adelante en situaciones difíciles, gracias por estar, por creer, por enseñarme y por acompañarme siempre en cada logro o en cada derrota.

Moisés

Gracias por esas pequeñas acciones que realizas, muchas veces sin darte cuenta, pero que han significado más de lo que imaginas. Aunque no siempre lo diga, tu manera de estar ha sido un recordatorio de que el apoyo puede venir en formas simples, pero valiosas. Gracias por ser parte de este proceso y por lo mucho que, sin saberlo, me has aportado.

Poncho, Abbi y Dani:

Gracias por llegar a completar la familia, sin duda alguna, han sacado versiones de mí que no conocía que me han ayudado a crecer profesional y personalmente. Les tengo un cariño muy grande, aunque pocas veces lo exprese.

Esbeidy y Yunuen:

Las llevo siempre en mi corazón con mucho amor, respeto e infinita admiración, gracias por aminorar la carga universitaria con sus platicas, consejos e infinitas risas, es una dicha para mí, recordar esos 4 años y que en esos recuerdos estén ustedes.

Angelica:

Gracias por tus valiosa amistad que ha llegado a darme experiencias y momentos increíbles, te agradezco que celebres mis pequeños avances como grandes logros, y que supieras estar sin condiciones.

Profesora Dolores:

Gracias por la confianza, por el tiempo y la paciencia que nos brindó a lo largo de este proceso. Gracias por guiarnos con firmeza y humanidad. Esta tesis también es un reflejo de su dedicación. La admiro profundamente y llevo conmigo todo lo aprendido, no sólo en lo académico, sino también en lo humano y profesional. Gracias por ser guía clave en este camino y por creer en nosotras, incluso cuando ni nosotras lo hacíamos.

Natalia:

Nat, gracias por las aventuras, por las fiestas llenas de risas, bebidas cuestionables y malas decisiones, gracias por cuidarme, por aconsejarme y por sostenerme cuando sentía que el mundo se me venía encima, te agradezco infinitamente todas las pláticas, desahogos, silencios compartidos y todo lo que vivimos dentro y fuera de este proceso. Estuviste en los días buenos, y también en los que parecía que no saldríamos adelante; compartiendo consejos entre lágrimas y risas.

Más que una compañera de tesis, eres una de mis mejores amigas, te conocí desde el día uno de la universidad y nunca me imaginé que contigo culminaría esta etapa, sin embargo, no podría estar más agradecida de que así sea.

Admiro profundamente tu autenticidad, tu generosidad, tu fuerza para enfrentar la vida con valentía y tu capacidad de hacerme reír incluso en los peores momentos. Eres un ejemplo de lealtad, resiliencia y nobleza, espero que la vida te lleve por caminos fructíferos y que nunca dudes de tus capacidades para enfrentar adversidades, espero seguir viéndote crecer profesional y personalmente, porque no tengo dudas que esto sólo es el comienzo de muchas cosas buenas.

Esto que construimos las dos, fue a base de muchísimo estrés, desmotivación, ansiedad, noches de desvelo, pero siempre tratando de dar nuestro 100%. El momento que veíamos lejano, por fin llegó. ¡LO LOGRAMOS!

Te quiero muchísimo Nat, que nuestras aventuras juntas nunca se acaben.

INTRODUCCIÓN

La presente investigación, se enfoca en el estudio de las prácticas y estilos comunicativos que surgen en las interacciones entre padres y madres de familia y sus hijos o hijas adolescentes, además de analizar y reflexionar sobre el impacto a corto y largo plazo de estas prácticas comunicativas en diversas áreas del sujeto, específicamente durante el periodo de la adolescencia y la adultez, considerando a dichas interacciones como factores clave y preventivos para el sano desarrollo del individuo.

La adolescencia, muchas veces resulta ser uno de los periodos más incomprendidos por la sociedad, en palabras de Silva (2008):

> La mayoría de los adultos no se plantean comprender cuál es la mutación que están experimentando los jóvenes cercanos, qué consecuencias producen estos cambios, el cómo y porqué se producen no importa, los ven pasar, sin detenerse, algunas veces con molestia, otras con indiferencia (p. 315).

Es en este periodo donde se atraviesan cambios significativos, no sólo a nivel físico, sino también a nivel emocional y social, se enfrentan a nuevos retos y riesgos, propios de la edad, y se preparan para, posteriormente, insertarse en la vida adulta. Los padres de familia, juegan un papel fundamental durante la adolescencia, así como también la comunicación que construyen con sus hijos o hijas adolescentes, ambos elementos, constituyen un factor protector ante conductas riesgosas o comportamientos adversos.

Durante el estudio del tema, logramos identificar que es a lo largo de este periodo donde más se encuentran cercanos a experimentar situaciones de riesgo y que la forma más efectiva de sobrellavarlos es de la mano de la familia. Uno de los aspectos importantes de la familia en esta etapa, es su capacidad para proporcionar un entorno seguro y afectivo donde los y las adolescentes puedan expresar sus emociones, experimentar su identidad y enfrentar sus propios retos. La cercanía emocional con los padres fomenta la autoestima, la resiliencia y la capacidad de tomar decisiones, mismas cualidades que le ayudarán al adolescente a enfrentar la vida adulta de manera asertiva.

A lo largo de esta investigación, se plantea como objetivo general:

- Analizar las distintas maneras de comunicación que se emplean en la relación entre padres e hijos adolescentes para identificar situaciones de riesgo mediante la orientación educativa.

Se abordan 4 planteamientos clave formulados en el proyecto, con el fin de profundizar en aspectos específicos:

1) Conocer acerca de los estilos comunicativos en la relación padres e hijos/as adolescentes.
2) Reflexionar sobre la importancia de la comunicación dentro del núcleo familiar para formar vínculos sanos durante la adolescencia.
3) Exponer y examinar las perspectivas que tienen los padres y sus hijos/as sobre la comunicación entre ellos.
4) Exponer las experiencias de adultos jóvenes respecto al impacto en su actualidad, de las relaciones familiares y las prácticas comunicativas que se suscitaron durante su adolescencia.

A través de estos planteamientos, se busca ahondar en la relación padres-hijos/as e identificar en las historias relatadas por los y las adolescentes, las dinámicas comunicativas o estilos comunicativos que se encuentran presentes dentro del núcleo familiar, asimismo, reflexionar sobre el impacto y repercusiones que existen a nivel, social y emocional, tanto en la vida de los adolescentes como en la de los adultos jóvenes que aquí tuvieron lugar para visibilizar sus experiencias.

Para esta investigación se realizó un estudio de caso (Stake, 1998) siendo este una metodología ampliamente utilizada para analizar en profundidad un fenómeno, evento o situación particular dentro de un contexto específico. Este enfoque se retoma para este trabajo, con el fin de examinar las características, dinámicas y relaciones que configuran el objeto de estudio, proporcionando una comprensión detallada y contextual, permitiéndonos ahondar en las prácticas comunicativas que hay dentro de las familias y las experiencias de los adolescentes de forma minuciosa.

Los sujetos partícipes fueron elegidos mediante una muestra por conveniencia, cubriendo los parámetros establecidos que plantea Otzen y Manterola (2017), además de utilizar dos recursos diferentes para recabar información de los sujetos de estudio: entrevista y cuestionario. Esta investigación, aunque no necesariamente representa la totalidad de la población, ofrece una oportunidad para explorar de manera detallada las características, relaciones y problemáticas asociadas con la etapa de la adolescencia, cómo la enfrentan los padres e hijos y, a su vez, los adultos jóvenes, quienes realizaron una introspección para relatar su experiencia siendo adolescentes y la importancia que tiene la comunicación en las relaciones interpersonales y familiares.

Es así, que la estructuración de esta investigación, quedó integrada por 4 capítulos: El primero de ellos refiere temas sobre la metodología de este trabajo, funciona como una guía práctica para entender los capítulos que preceden, se detallan aspectos importantes que fueron la base para la construcción de este trabajo y la recopilación de información que se aborda en los 3 capítulos siguientes: Se profundiza sobre las características de los sujetos partícipes de esta investigación y se explican algunas consideraciones que se tuvieron para su selección, los recursos utilizados, la simbología empleada en relación con elementos propios de este trabajo, aunado a esto, se explican la fases que componen al estudio de caso y, de manera general, se explica el proceso de desarrollo de esta investigación

El segundo capítulo, aborda lo referido al periodo adolescente, se generaliza en la concepción de tal término, las diferentes etapas que constituyen este periodo, así como las características generales, los cambios significativos en el adolescente, la relación con sus semejantes y los posibles riesgos a los que se ve expuesto. Esto con la finalidad de obtener un panorama amplio y una reflexión profunda sobre lo que acontece en el sujeto durante este periodo en su vida.

El capítulo tercero, aborda información relevante sobre la comunicación, desglosa cada uno de los estilos comunicativos e incluye narrativas ejemplificadoras; que nos permiten analizar y reflexionar sobre las prácticas comunicativas entre padres e hijos. Es en este capítulo donde se precisan aún más las experiencias de adultos jóvenes y se puede

examinar cómo situaciones vividas durante su adolescencia influyen, ahora, en su vida adulta.

El último capítulo, refiere al tema de la familia, se indaga sobre el concepto, los tipos de familia y se analiza el rol que ésta tiene para la configuración e impacto en los comportamientos, valores y habilidades de los adolescentes. Por último, se presentan conclusiones, anexos referidos a lo largo de la investigación y referencias consultadas.

Este estudio de caso tiene como uno de sus objetivos contribuir a la comprensión de la importancia de mantener vínculos sanos en las relaciones familiares, si bien, ningún vínculo puede ser perfecto, sí podemos encontrar e implementar de la mejor manera posible, las herramientas que nos permitan comunicarnos asertivamente, respetando a los otros y construyendo relaciones en donde se fomente la empatía, respeto y tolerancia; conocer sobre la adolescencia, nos brinda la oportunidad de intervenir oportunamente para formar a un ser humano autónomo, responsable y seguro de sí mismo, que tenga los recursos necesarios para preservar su bienestar integral y actuar con discernimiento ante situaciones de riesgo.

CAPÍTULO I: METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

A lo largo de esta investigación, se realizó un análisis, recopilación e interpretación de los resultados obtenidos de instrumentos aplicados a diferentes sujetos: adolescentes, padres y madres de familia y adultos jóvenes; dicha información nos permitió integrar este estudio de caso.

En este capítulo, se explican elementos de la metodología que se implementó para la construcción de esta investigación, asimismo, se presenta la recolección de datos, la cual, se va organizando y analizando en los capítulos subsiguientes a este.

1.1 Procedimiento

Durante el último año de estudios en la Universidad, y formando parte de la opción de campo “procesos psicosociales”, el tema de adolescencia era recurrente durante las clases, muchas de las actividades eran en torno a la misma temática, en nuestra primera exposición, nos tocó investigar sobre el tema de la adolescencia y, en varias de estas actividades, tuvimos que hacer una introspección para recordar nuestro propio proceso en esta etapa. Fueron nuestras mismas experiencias recordadas y la parte teórica de las clases, lo que nos impulsó para iniciar con esta investigación. Previamente, y debido a esta introspección, supimos que nuestros padres habían jugado un papel clave durante nuestra adolescencia y que esas dinámicas familiares habían influido en la construcción de nuestra vida adulta.

Fueron estos elementos los que nos permitieron darle un sentido a la investigación que aquí se desarrolla.

Una vez definido de manera concreta lo que se iba a abordar, iniciamos con la búsqueda de información de textos de varios autores que tuvieran un enfoque en las 3 categorías que se abordan en este trabajo: Adolescencia, familia y comunicación.

El primer paso fue adentrarnos en lo que respecta al tema de adolescencia, siendo ésta, un área de estudio con múltiples elementos y factores a considerar, tomamos la decisión de centrarnos en los aspectos más generales que ocurren a lo largo de esta etapa, para ello, fue necesario integrar las experiencias que algunos adolescentes tuvieran sobre

cómo atravesaron los cambios y cómo impactó esto en la relación con su familia, plantear estos aspectos, fue clave para definir la muestra de participantes, puesto que, de acuerdo con la teoría que se explicará a fondo en el capítulo II, para considerar estos criterios, se debía seleccionar sujetos cuyas edades estuvieran entre los 15 y 16 años.

Una vez delimitada la edad, y teniendo en consideración algunos aspectos teóricos, comenzamos a redactar preguntas que fueran acorde con el tema, para ello, las preguntas las seccionamos en 3 áreas: personal, social y familiar; es aquí donde se toma la decisión de realizar una entrevista, más adelante se detallará acerca del tipo de entrevista que se implementó para la recolección de información. Aunado a ello, en el capítulo III abordamos lo que es la comunicación no verbal, para nosotras también es relevante observar y analizar, aquello que las palabras no dicen, es decir, gestos, posturas, miradas, etc.

Para contactar a los sujetos, se tomó en cuenta el rango de edad establecido previamente y la cantidad de sujetos a los que les aplicaríamos la entrevista, nuestra selección de sujetos tuvo lugar en dos alcaldías: Tlalpan e Iztapalapa; para obtener las entrevistas, primero nos contactamos con los padres por medio de medio de mensaje o acercándonos personalmente con ellos, verificamos que los padres de familia estuvieran de acuerdo con que entrevistáramos a sus hijos o hijas y que los padres o madres de familia tuvieran la disposición de respondernos un cuestionario.

Como se mencionó en la introducción de este trabajo, consideramos esencial contar con la perspectiva de los padres, ya que ellos representan la contraparte de lo que dicen o hacen las y los adolescentes, esto nos llevó a realizar un análisis comparativo, entre lo que afirman los padres de familia y lo que expresan sus hijos o hijas. Para reclutar a los sujetos de la investigación, primero indagamos con conocidos o vecinos de la zona, una vez que logramos el acercamiento, se les explicó de manera general en qué iba a constar su participación, haciendo énfasis en que esta investigación era únicamente para fines educativos y nada de la información que nos compartieran se le daría mal uso.

Por medio de mensaje de texto se logró establecer día y hora en la que podríamos realizar entrevistas a los y las adolescentes, a los padres de familia se les proporcionó

un cuestionario, debido a que algunos contaban con poco tiempo para una entrevista, y el cuestionario, les permitía responder con más calma.

Por otra parte, nuestra tercera muestra de sujetos fue seleccionada tomando en cuenta la edad en la que ya se consideran adultos y no adolescentes. Cabe resaltar que, de acuerdo con Nicolson y Ayers (2002), la adolescencia puede terminar hasta los 21 años aproximadamente, teniendo en cuenta este dato, decidimos considerar personas de entre 25 y 30 años como máximo. Con ellos resultó más sencilla la búsqueda y aplicación del cuestionario, algunos de estos fueron aplicados y respondidos en persona, algunos otros fueron en línea por comodidad de los participantes.

Aunque esto ya fue mencionado previamente, es importante aclarar nuevamente que nuestras muestras de sujetos, fueron seleccionados en una muestra por conveniencia, más adelante profundizaremos sobre sus características.

1.2 Estudio de caso

La recopilación de información que aquí se desarrolla, adopta un enfoque de investigación cualitativo, en tanto que "La investigación cualitativa proporciona profundidad a los datos, dispersión, riqueza interpretativa, contextualización del ambiente o entorno, detalles y experiencias únicas, asimismo, aporta un punto de vista fresco, natural y holístico de los fenómenos, así como flexibilidad" (Hernández, Fernández, Baptista y Del Pilar, 2014, p. 16).

Escudero y Cortez (2017) señalan que:

> Dicho enfoque permite obtener información en forma de narraciones, grabaciones, notas de campo, registros escritos, transcripciones de audio y video, fotografías, entre otros […] su metodología está apoyada en detallar de forma específica los hechos y personas desde una perspectiva de sus comportamientos e interacciones, conociendo así sus experiencias, actitudes, pensamientos y las creencias que los sujetos de estudio experimentan o manifiestan (p. 45).

De acuerdo con Ramírez, Rivas y Cardona (2019) "la metodología de estudios de casos como método tiene la gran ventaja de que se adapta perfectamente a distintas edades, diversos niveles y áreas de conocimiento" (p. 2), recordemos que, en el apartado anterior,

se habla del grupo de participantes y que nuestra muestra de sujetos, tiene edades diversas y contextos variados, mismos que nos permiten una exploración más exhaustiva.

Todo análisis o descubrimientos serán narrados de manera empática tratando de encontrar respuestas de las preguntas de investigación. Stake (1998) plantea una serie de fases que se siguen en el estudio de caso:

- Fase preliminar: presentación del caso a los participantes, proyección de la película, audición de la cinta o lectura del caso escrito.

- Fase eclosiva: explosión de opiniones, impresiones, juicios, posibles alternativas, etc., por parte de los participantes. Cada uno reacciona a la situación, tal como la percibe subjetivamente. Si cada cual se puede expresar libremente, se llega a continuación a un cierto relajamiento de las tensiones del comienzo y desemboca, finalmente, en el descubrimiento de la incompatibilidad de puntos de vista. Bien llevada, esta fase revela a cada uno lo siguiente:

    a. Su subjetividad.

    b. La posibilidad de que existan otras opiniones o tomas de posición tan valiosas como las propias.

    c. Hasta qué punto los diagnósticos emitidos son proyecciones de la propia persona, más que análisis objetivos de la situación real.

- Fase de análisis: se impone una vuelta a los hechos y a la información disponible, para salir de la subjetividad. La búsqueda en común del sentido de los acontecimientos permite a los participantes acrecentar su conciencia de la situación analizada. Se redescubre la realidad y se integran aspectos informativos que, por determinados prejuicios, se habían dejado de lado. La única prueba de objetividad es el consenso del grupo en las significaciones. En esta fase es preciso llegar hasta la determinación de aquellos hechos que son significativos para interpretar la estructura dinámica de la situación. Se concluye esta fase cuando se ha conseguido una síntesis aceptada por todos los miembros del grupo.

- Fase de conceptualización: es la formulación de conceptos operativos o de principios concretos de acción, aplicables en el caso actual y que permiten ser utilizados

> en una situación parecida. Dicho de otro modo, se trata de gestar principios pragmáticos de acción que sean válidos para una transferencia. Como en la fase anterior, la única garantía de validez y objetividad es el consenso del grupo (pp. 53-55).

El estudio de caso que se desarrolla en los diferentes apartados de la investigación se ha estructurado mediante el apoyo de un análisis continuo de la recopilación de información que emerge de las entrevistas y cuestionarios que se utilizaron como base para conocer acerca de ciertos puntos que se abordan en el tema de la investigación. De esta forma, se especifica que la selección de muestras, pueden ser de forma intencional, por conveniencia o accidental. Otzen y Manterola (2017) los describe de la siguiente manera:

> a) Intencional: Permite seleccionar casos característicos de una población limitando la muestra sólo a estos casos. Se utiliza en escenarios en las que la población es muy variable y consiguientemente la muestra es muy pequeña.
>
> b) Por conveniencia: Permite seleccionar aquellos casos accesibles que acepten ser incluidos. Esto, fundamentado en la conveniente accesibilidad y proximidad de los sujetos para el investigador.
>
> c) Accidental o consecutivo: Se fundamenta en reclutar casos hasta que se completa el número de sujetos necesario para completar el tamaño de muestra deseado. Estos, se eligen de manera casual, de tal modo que quienes realizan el estudio eligen un lugar, a partir del cual reclutan los sujetos a estudio de la población que accidentalmente se encuentren a su disposición. Es similar al muestreo por conveniencia, excepto que intenta incluir a todos los sujetos accesibles como parte de la muestra (pp. 4-5).

De acuerdo con lo mencionado por Otzen y Manterola (2017) y lo ejecutado en esta investigación, nuestra muestra corresponde a un muestreo por conveniencia, que cómo se ha hecho mención, se hizo una búsqueda para encontrar a aquellos que tuvieran la disposición de participar en este estudio y principalmente considerando un factor importante: la proximidad para el investigador, al seleccionarlo en dos alcaldías, cubrimos las zonas en las que representaba mayor accesibilidad para nosotras.

A través del análisis elaborado aquí, hemos podido identificar y correlacionar lo que nos dice la teoría con las experiencias reales de los y las adolescentes, padres o madres y

adultos jóvenes, encontrando algunas discrepancias y coincidencias sobre lo que nos dice la teoría y lo que relatan ellos en entrevistas y cuestionarios. Hemos logrado identificar la funcionalidad de las dinámicas familiares que se han observado mediante el estudio de caso aquí elaborado, así como también los aspectos que favorecen o limitan una comunicación efectiva/asertiva entre adolescentes y padres o madres de familia.

El objetivo principal de este estudio de caso, ha sido analizar las distintas maneras de comunicación entre los sujetos y, conforme a las experiencias relatadas, resaltar la importancia de fomentar la construcción de lazos familiares sanos y afectivos, mediante una comunicación efectiva que permita reconocer entre todos los integrantes, las emociones, sentimientos y pensamientos que se experimenten, principalmente durante la adolescencia, que trascenderá con el individuo hasta la adultez.

1.3 Tipos de muestra

Otro punto a considerar, que complementa lo dicho en el apartado anterior, es lo que nos menciona Pimienta (2000), al respecto de muestreo probabilístico o no probabilístico:

> -No probabilística: denominado también muestreo de modelos, las muestras no son representativas por el tipo de selección, son informales o arbitrarias y se basan en supuestos generales sobre la distribución de las variables en la población.
>
> -Probabilística: tienen por objeto estudiar los métodos para seleccionar y observar una parte que se considera representativa de la población, denominada muestra, con el fin de hacer inferencias sobre el total. La representatividad de una muestra se garantiza con una selección metodológicamente correcta de las unidades de muestreo sujetas a investigación (p. 265-266).

De acuerdo con estas especificaciones, los sujetos participantes (15 sujetos) en esta investigación fueron elegidos por un tipo de muestra no probabilística, Otzen y Manterola (2017) definen que “la selección de los sujetos a estudio dependerá de ciertas características, criterios, que el investigador considere en ese momento” (p. 4).

El tipo de muestra probabilístico, se caracteriza por tener otros requerimientos en la selección de sujetos, para ello, se emplean técnicas y/o herramientas matemáticas o procedimientos sistemáticos, haciendo de ello un proceso imparcial, esto con la finalidad

de que toda la población tenga las mismas probabilidades de ser seleccionada, el proceso se realiza de forma totalmente aleatoria, haciendo uso de otro tipo de herramientas más complejas.

La muestra no probabilística, permite que el investigador tenga criterios previos que los sujetos deben cumplir para ser reclutados y tener características particulares; para esta investigación, nuestros participantes, tienen que estar en un rango de edad entre 15 y 16 años, y entre los 25 a los 30 años, por otro lado, en el caso de los padres de familia no aplicó el criterio de edad, por ello, al iniciar la búsqueda, nos dirigimos con aquellos padres y madres que tuvieran hijos o hijas adolescentes.

En conclusión, con respecto a la selección de los sujetos, podemos decir que, nuestro muestreo está compuesto por una muestra *no probabilística por conveniencia*. Es decir, que tenemos unos requerimientos previos a considerar para el reclutamiento de los sujetos, lo que significa que, cierto estrato de la población no tiene las mismas probabilidades de que se le seleccione y, a su vez, por conveniencia porque a pesar de considerar estos criterios, los sujetos fueron seleccionados de acuerdo con la practicidad, accesibilidad y proximidad de nosotras como investigadoras.

1.4 Instrumentos utilizados

Para el desarrollo de la investigación, se planteó el uso de entrevistas y cuestionarios, considerando los tiempos de cada uno de los sujetos a los que se les incluiría en el caso. Las entrevistas fueron aplicadas a los 5 adolescentes, mientras que los cuestionarios se aplicaron a padres o madres de familia y adultos jóvenes por cuestiones de tiempo, ya que no se les facilitaba tanto el brindarnos una entrevista y podía resultar más cómodo para ellos. Sin embargo, es importante señalar que durante la aplicación de las entrevistas a los adolescentes, la mayoría de los padres de familia estuvieron presentes y, a la par que entrevistamos a los adolescentes, el padre o madre de familia realizaba el cuestionario, por lo que en diversas ocasiones los padres de familia llegaron a realizar observaciones o comentarios en ciertos momentos en relación con la pregunta que estuviéramos abordando o con algún comentario de sus hijas o hijos que les pudiera haber llamado la atención, los cuales se incluyeron como parte complementaria de las

entrevistas y cuestionarios, y que nos permitieron darle un mayor análisis e interpretación a lo que nos respondían en el cuestionario los padres o madres de familia.

Por otra parte, los adultos jóvenes, al responder el cuestionario realizaron acotaciones iniciando o finalizando, e igualmente se retomaron como parte del análisis de las respuestas que dieron, a fin de proporcionar un panorama más amplio al abordar sobre alguno de los casos de los adultos jóvenes.

a) Entrevistas

La entrevista “es una interacción humana que va más allá de recopilar datos e información fría y lejana del entrevistado. Es un encuentro cara a cara, […] teniendo como base la empatía de parte del entrevistador” (Fernández, 2018, p. 83).

De acuerdo con ello, la elección de realizar una entrevista surgió de la necesidad de encontrarnos cara a cara con el o la adolescente, cuestionar y observar su lenguaje no verbal, mismo que nos brindó mayor amplitud en sus respuestas, complementando aquello que no decían pero que expresaban corporalmente. Nuestro enfoque principal está centrado en ellas y ellos, de ahí que se planificó y estructuró la entrevista de modo que se abordaran diversas áreas, como son la personal, familiar y social.

La entrevista enfatiza en las 3 áreas anteriormente mencionadas, se realizaron preguntas tales como: ¿Qué ha sido lo más difícil de haber entrado a la etapa de la adolescencia?, ¿Cómo crees que ha cambiado la relación con tus padres desde que eres adolescente?, ¿Por qué consideras que existe mayor confianza entre amigos que entre padres e hijos?, etc. (Ver anexo 1).

Para la elaboración de este guion fue trascendental, primero, planear la información y seccionarla por indicadores. “La mayoría de los autores coinciden en que es un proceso y que, por lo tanto, implica una planeación” (Fernández, 2018, p. 83). Debido a lo anterior, es fundamental conocer los tipos de entrevista para comprender en cuál nos centraríamos.

Tipos de entrevistas: Características

Entrevistas estructuradas	Entrevistas semiestructuradas	Entrevistas no estructuradas
-Preguntas fijas	-Mayor flexibilidad	-Son informales
-Seccionadas por categorías -Aplicada en forma rígida -Tiene la ventaja de la sistematización -Presenta alta objetividad y confiabilidad -Su desventaja es que no permite la flexibilidad y una menor profundidad en el análisis.	-Las preguntas se pueden modificar para ajustarse al entrevistado -Su ventaja es que tiene la posibilidad de adaptarse al contexto y a los sujetos -Reduce formalismos -Sus preguntas son planeadas de acuerdo con el contexto -Mayor profundidad de análisis	-Son mayormente más flexibles -Se planean adaptándose al sujeto y a las condiciones del ambiente -Los sujetos tienen la posibilidad de explayarse -Su desventaja reside en que se pueden presentar lagunas en la información necesaria para la investigación

Fuente: Elaboración propia a partir de Diaz, Torruco, Martínez y Valera. (2013). *La entrevista, recurso flexible y dinámico* (p. 163).

La entrevista realizada con los adolescentes, se clasificó como semiestructurada, ya que ofrece mayor flexibilidad y las preguntas se adaptaban al entrevistado y al contexto. Aunque en algunas ocasiones se extendían más de lo esperado, siempre nos mantuvimos en el tema central y así lograron respondernos a las preguntas principales.

b) Cuestionarios

Los cuestionarios fueron aplicados a los padres de familia de los adolescentes y a adultos jóvenes, que representan a 10 sujetos.

El cuestionario tiene sus limitantes, puesto que, en contraste con la entrevista, no nos permite observar el lenguaje no verbal y quizá el análisis se vuelva muy limitado, “Este instrumento consiste en una serie de preguntas organizadas, estructuradas y específicas (…) En el cuestionario las preguntas, abiertas o cerradas, entre otras, y sus contenidos,

son tan variados como los aspectos que se pretendan medir" (Cisneros, Guevara, Urdánigo y Garcés, 2022, p. 1178).

No obstante, a pesar de ser un cuestionario, la mayoría de los padres de familia respondió ampliamente y, como se indicó previamente, realizaron acotaciones e intervenciones al finalizar de responderlo o mientras lo hacían, esto nos ofreció un panorama más amplio para analizar sus respuestas y nos permitió hacer un contraste con lo que su hijo o hija había dicho en la entrevista.

En el cuestionario elaborado para los padres de familia, se incluyen preguntas como: ¿Qué ha sido lo más complejo de tener a un adolescente en casa?, ¿Cómo considera que impacta la comunicación que tiene usted con su hijo adolescente en su desarrollo?, ¿Cómo ha cambiado la relación/interacción familiar desde que los hijos entran a la adolescencia? El cuestionario dirigido a los padres de familia se encuentra en el anexo 2.

Por otro lado, el cuestionario dirigido a los adultos jóvenes plantea preguntas como: ¿Consideras que la relación y comunicación con tus padres tuvo algún cambio cuando fuiste adolescente?, ¿Crees que la relación que tenían tuvo algún impacto en tu yo adolescente?

Estos dos recursos (cuestionario y entrevista), fueron clave para la recolección de información que se desglosa a lo largo de esta investigación, proporcionando datos que nos brindan una visión amplia del tema en cuestión, además de respaldar algunos de los hallazgos teóricos que se presentan en los siguientes capítulos.

1.5 Diseño metodológico

El diseño metodológico de los instrumentos, derivó de diferentes situaciones previamente mencionadas, por un lado, se consideró la disposición y tiempo de cada uno de los sujetos participantes, además de evaluar el tipo de información que buscábamos obtener basado en el tema de esta investigación.

En el capítulo 1 se aborda todo lo relacionado con la adolescencia y su impacto en sus relaciones interpersonales, por lo cual, conocer y ahondar sobre estas áreas, fue

fundamental para que ellos nos pudieran compartir experiencias propias, aunado a ello, en el capítulo 2 se abordan temas sobre la comunicación verbal y no verbal, misma que se refleja ampliamente en la entrevista.

Por otra parte, el cuestionario aplicado a padres y madres de familia, cuenta con 2 indicadores: dinámica familiar y comunicación, en donde nos enfocamos principalmente en conocer aspectos sobre su relación dentro del núcleo familiar y la comunicación que tienen entre ellos.

En cuanto al cuestionario dirigido a los adultos jóvenes, igualmente queda estructurado con dos indicadores: personal y comunicación familiar, estos indicadores nos permiten relacionar preguntas de acuerdo con sus experiencias personales durante su adolescencia, y, por otra parte, entender el impacto que tuvo la comunicación familiar durante su adolescencia en su vida actual como adultos.

La entrevista formulada para adolescentes, contiene otros indicadores, que fueron formulados con el fin de obtener respuestas de diversas áreas del adolescente, en cambio, con los cuestionarios, nos centramos en indicadores específicos que nos brindaran un panorama más diverso pero enfocado principalmente en lo que respecta al tema de la adolescencia.

1.6 Simbología

En este apartado, se expondrá la simbología y sus significados, mismos que se utilizaron a lo largo de la investigación y que contribuyen a la interpretación de los datos expuestos en los capítulos que integran el documento, con el propósito de brindar al lector mayor claridad acerca de los elementos abordados en el desarrollo de esta investigación.

Símbolo	Significado
A1, A2, A3, A4, A5.	Adolescente 1, Adolescente 2, …
PF1, PF2, PF3, PF4, PF5.	Padres de familia 1, Padres de familia 2…
AJ1, AJ2, AJ3, AJ4, AJ5.	Adulto joven 1, Adulto joven 2, …
Cuest.	Cuestionario

Ent.	Entrevista
P1, P2, P3, …	Pregunta 1, Pregunta 2, …
R1, R2, R3, …	Respuesta 1, Respuesta 2, …

Como complemento de la tabla de simbología, es fundamental precisar en que las historias de los participantes de este estudio aquí expuestas, contienen el relato de ellas y ellos. Aunque no se especifican los nombres, se ha identificado el género de los participantes, con base a ello, construimos una tabla que, de manera general, refleja el género con el que los y las adolescentes y adultos jóvenes nos indicaron que se identifican. Esto únicamente con la finalidad de tenerlo presente para los capítulos posteriores que contienen las narraciones sobre estos sujetos.

Participantes	**Género**	**Participantes**	**Género**
A 1	Femenino	AJ 1	Femenino
A 2	Masculino	AJ 2	Femenino
A 3	Masculino	AJ 3	Masculino
A 4	Femenino	AJ 4	Femenino
A 5	Femenino	AJ 5	Femenino

1.7 Respuestas de las entrevistas

A través de un estudio de caso que se llevó a cabo con una entrevista semiestructurada sobre la comunicación entre adolescentes y sus padres, se codificaron las respuestas en diferentes tablas. La entrevista completa y el cuestionario, utilizados para la elaboración de este estudio de caso se encuentran en el anexo 1 y 2 respectivamente.

Es esencial mencionar que la estructura de las tablas está basada en la propuesta de Taguenca y Vega (2012) en su artículo “Técnicas de investigación social. Las entrevistas abierta y semidirecta”.

Tablas de interpretación: Entrevista a los y las adolescentes

Tabla 1. Indicadores personales.

EDAD	SEXO	P1	P2	P3	P4	P5
A1: 15 años	F	Los cambios hormonales, cambios de humor	Físicos bien, emocionales *dos, dos*	Lo mejor hasta el momento para mí, fue tatuarme	Mis amigos	Conocer personas nuevas con quien estar
A2: 15 años	M	Ausencia de mis padres	Raro por las cosas nuevas	Encontrar gente que me apoya	Mis amigos	Por el momento nada
A3: 15 años	M	Los cambios emocionales	Confundido y con dudas	Encontrar gente con mis mismos gustos	Mi papá y mi mamá, pero más mi papá	Haberme quedado en la prepa y el apoyo de mis papás
A4: 15 años	F	Cambios físicos y emocionales.	Muy mal	Conocer cosas nuevas.	Hermanas	Nueva escuela y mascota.
A5: 15 años	F	Cambios en todos los aspectos.	Rara	Experiencias nuevas.	Amiga y prima.	Nueva mascota.

Tabla 2. Indicadores familiares

EDAD	SEXO	P9	P10	P11
A1: 15 años	F	Cambió mucho	Terapia	Las personas que más valoro

A2: 15 años	M	Si cambió mucho, no tenemos las mismas ideas ni los mismos pensamientos	Siento que no hay apoyo	Mis abuelos y los amigos que he hecho
A3: 15 años	M	No tanto, pero sí hay conflictos por los cambios emocionales	Hablamos mucho y hablamos de todo	Unión con mis papás y hermanos
A4: 15 años	F	Sí hubo gran cambio.	Sí hay apoyo, pero no bastante como quisiera.	Personas con un valor emocional.
A5: 15 años	F	No ha cambiado.	Me hacen ver mis errores.	Son algo indispensable.

EDAD	**SEXO**	**P6**	**P7**	**P8**
A1: 15 años	F	*Dos, dos,* a veces chocamos	Ni mucha ni poca	Sexualidad
A2: 15 años	M	Lo normal, no creo que haya mucha confianza ni mucha comunicación	Regular	No hay como tal uno en específico, más bien a veces ninguno
A3: 15 años	M	Bien, los dos han sido comprensivos	Un 9 de confianza	A veces un poco sobre las emociones

A4: 15 años	F	Mamá: ha cambiado mucho. Papá: buena convivencia.	Mamá: si hay confianza. Papá: casi no hay confianza.	Vida escolar, sexualidad.
A5: 15 años	F	Muy bien, hay buena comunicación.	Mamá: bastante confianza. Papá: bastante confianza	El amoroso

A2, P6: Indica que su normalidad implica ni mucha confianza ni mucha comunicación, y en parte es quizá cierto, para diversos adolescentes, porque lo normal es la separación de los padres, en el sentido de que ellos “dejan de ser ídolos y lideres de sus hijos […] el joven comienza a ver a sus padres como seres reales, que se equivocan, que cometen errores, que fallan” (López y Gáfaro, 2021, p. 26).

Es por ello que, en la normalidad de múltiples adolescentes, el distanciamiento con sus padres, la falta de confianza y comunicación, se vuelve prácticamente casi un requisito.

A4, P6: Por su parte, refiere que la comunicación con su mamá ha cambiado, pero con su papá hay una buena convivencia, este tipo de casos durante la adolescencia, también son frecuentes, A4 nos comenta que esto es debido a que su mamá es la que prohíbe, mientras que su papá es quien permite, pero esta situación es derivada de que su mamá trabaja y su papá es quien está en casa y a quien recurre cuando tiene alguna duda.

Tabla 3. Indicadores sociales

EDAD	SEXO	P12	P13	P14	P15
A1: 15 años	F	Nuestras emociones	Bañarme, ver películas con mi mamá y mi hermano, leer un rato	Buenérrima, nos sentamos a platicar	Porque son de tu misma edad

A2: 15 años	M	Opiniones e ideas	No salir tanto de mi rutina es lo que más prefiero	Convivencia normal, jugamos un rato en el play o salimos a echar reta	los papás tienen diferentes ideas, los amigos tenemos similares procesos.
A3: 15 años	M	La diferencia de edades y de circunstancias en sus tiempos	Un día de entrenamiento de futbol o una salida a comer con mis papás	Divertida, por lo mismo que tenemos los mismos gustos, no hay tantos conflictos	Por el hecho de que están pasando por la misma etapa
A4: 15 años	F	Los sentimientos y forma de pensar.	Sentirme cómoda, feliz.	Un poco difícil.	Misma mentalidad, escuchan y entienden.
A5: 15 años	F	sentimental	Un día con mis amigos.	Muy buena	No importa tanto el cómo actúas.

Tal como se señaló previamente, para los padres de familia y adultos jóvenes se elaboró un cuestionario, a continuación, presentamos las tablas que muestran las respuestas de padres de familia, seguido de ello, expondremos las respuestas de los adultos jóvenes, ambos cuestionarios se encuentran en los anexos 2 y 3 respectivamente.

Tablas de interpretación: Cuestionario aplicado a padres de familia

En la siguiente tabla se simplificarán las respuestas brindadas por los padres de familia en los cuestionarios aplicados.

PF	P1	P2	P3	P4	P5
PFA1	Buena, resuelven los conflictos hablando	Los cambios que todo adolescente tiene	A mi punto de vista, buena, buscamos solucionar problemas	Tiene un impacto importante	Ninguno
PFA2	Regular, ni tan buena ni tan mala	Los cambios en sus emociones	No es muy buena	Pues si impacta, luego hacen cada cosa	Sexualidad y a la hora de abordar su comportamiento
PFA3	Buena y mala, un poco de todo	Los cambios, un día todo bien al otro todo mal	Respetuosa, amable y paciente	Impacta a largo plazo, cuando no hay comunicación se nota y cuando la hay también	Temas de la escuela y de las novias
PFA4	Poco complicada	No entenderla	Le cuesta trabajo	Muy importante	Amistades y actitudes
PF A5	Buena	Sus amistades	Buena, hay comunicación	Más seguridad	El noviazgo

PF	P6	P7	P8	P9	P10	P11
PFA1	Platicar mucho, ayuda profesional	Hay comunicación y yo espero confianza igual	Sí ha cambiado mucho	Por no dejarlos tomar sus propias decisiones	Buena, no tantos conflictos	Unión familiar entre todos

PFA2	Darle permisos para salir con amigos	Siento que no me dice las cosas como son	Casi no convive	Porque prefieren contarles a sus amigos	Regular	La familia es nuestra sangre, los que vivimos en esta casa
PFA3	Somos accesibles y abiertos	Si cuenta las cosas y algunas otras sé que se las guarda	No mucho, tratamos de que la convivencia se dé y él en eso coopera	Cuando invado de más su espacio o soy muy insistente en algo	Es amorosa, cordial, respetuosa, somos muy juguetones con ellos	La familia lo es todo para nosotros.
PF-A4	Acercarme a ella	Si cambio	Hay roces entre hermanos	Si, falta de confianza	Convivencia sana	
PF-A5	Respetar su espacio	Hubo un alejamiento	Hay regaños	Se alejo de mi por sus amistades	Hay apoyo	

Tabla de interpretación: Cuestionario aplicado a adultos jóvenes

AJ	P1	P2	P3	P4	P5
AJ1-26 años	Los cambios hormonales y de mi cuerpo	Expresar mis sentimientos	El área social, hice mi círculo social más grande	Platicar con mi mamá	No, al contrario, se fortaleció
AJ228 años	La llegada de la menstruación	Sexualidad, amor y amistad	El área social, por mis papás	No fueron de mucha ayuda, sus	Sí, derivado de ello, crecí sin apoyo
	y cambios en mi cuerpo		no convivía con mis amigos	ideas no lo permitían	
AJ325 años	El crecer con comentarios negativos	Sexualidad y contarles mis sueños	Mi seguridad y autoestima	No hubo apoyo, económico sí, pero emocional no	Sí, no era muy abierto en ese entonces

AJ4-25 años	Cambios físicos	Problemas emocionales	Área psicológica, física y familiar	Platicar poco	Sí
AJ5-25 años	No tener definida la personalidad	Sexualidad, drogas	Identidad personal	No había mucha comunicación	Sí tuvo cambios

AJ	**P6**	**P7**	**P8**	**P9**	**P10**
AJ1-26 años	Buena relación entre las dos	Sí, sí tuvo un impacto	Muchísimo impacto, me dio confianza y seguridad	Los libros, música y amigos	En la adolescencia sí, pero ahora entiendo otras cosas.
AJ2-28 años	Con mi papá era relajada, con mi mamá no hubo buena relación	Sí, me refugié en personas que no fueron de ayuda y cometí muchos errores	Con baja autoestima	Afronté las cosas de formas diferentes	No fue buena ni mala, claro que me hubiera gustado algo diferente
AJ3-25 años	Más o menos buena y actualmente igual	Sí, siempre todo terminaba en gritos o insultos	Dentro de todo, de forma positiva	La inseguridad y timidez, eso me ayudó, ahora no tengo pena de hablar	Fue buena, pero sí preferiría evitar golpes, castigos e insultos
J4- 25 años	La relación no era muy buena	Sí	Me cuesta tener una buena comunicación	Aprender a ser independiente	Fue buena
J5- 25 años	La relación fue buena.	No	Toma de decisiones	Círculos sociales y familia	Buenos valores.

Las tablas que se presentaron, resumen las respuestas que proporcionaron todos los participantes de esta investigación, adultos jóvenes, adolescentes y padres y madres de familia. Este tipo de recopilación representa una visión global, estructurada y organizada

de la información y datos obtenidos mediante las herramientas ya mencionadas en apartados anteriores. En los siguientes capítulos, se interpretan y contextualizan estos resultados de acuerdo también con aspectos teóricos, lo cual nos permitirá una comprensión mayor del tema.

CAPÍTULO II: EL SER ADOLESCENTE

Este capítulo está centrado en el viaje que implica *ser adolescente*, a lo largo del mismo, nos enfocaremos en explicar aquellos aspectos, considerados universales, sobre la adolescencia, se espera que el lector, logre una comprensión de lo que significa ser adolescente y entender por qué esta etapa es de alto valor para el desarrollo del ser humano, todo esto no sólo abordado desde una perspectiva teórica y objetiva, sino también desde la mirada de los y las adolescentes entrevistados.

La gran mayoría de los adolescentes identifica que son capaces y conscientes de percibir todos los cambios del mundo que los rodea, identifican que la relación con su núcleo familiar va cambiando, así como su manera de verse, de vestirse, de expresarse, de auto percibirse, además, se vinculan con sus semejantes y forman vínculos significativos de amistad que les ayuda a sobrellevar la ola de cambios que están viviendo. Refugiarse en alguien semejante, les resulta más fácil, ya que sienten que son mejor comprendidos por aquellos que atraviesan por procesos similares. Es precisamente en esta etapa donde se sientan la mayoría de las bases para la conformación del individuo en la vida adulta.

2.1 Adolescencia: Concepto

El desarrollo del ser humano se encuentra predeterminado por un ciclo de vida. Durante cada etapa, una serie de estructuras psicológicas, físicas y sociales ayudan a la conformación del individuo y al descubrimiento del mundo que lo rodea; transcurriendo desde el nacimiento, infancia, adolescencia, adultez, e idóneamente, la vejez, sin embargo, en el transcurso de cada etapa, se verá enfrentado a simultáneas adversidades que lo harán entrar en conflicto, pero que, a su vez, le estarán dando la pauta para que pueda generar experiencias y conocimiento. La complejidad de cada una dependerá del contexto en que se desarrolle el sujeto, y de cómo afronte esas transformaciones.

Cuando el ser humano está en la etapa de la infancia, muchos de los cambios no son plenamente percibidos a conciencia y el desarrollo cognitivo, físico y emocional puede pasar desapercibido. El infante no interpreta en su totalidad, ni le da un valor significativo a estos cambios; esto no quiere decir que la infancia sea menos importante o adquiera un menor valor, sin embargo, y hablando desde lo que se considera coloquial dentro de

los parámetros sociales, cuando se es niño/a, se atribuyen tratos y tareas propios de un niño, por otro lado, consideramos que la etapa adolescente es como estar en el “limbo”, un intermedio entre una etapa (infancia) y otra (adultez), por ello, se le trata a los adolescentes como si fueran niños, pero al mismo tiempo, se les otorgan responsabilidades y se espera que se comporten como si fueran adultos. “Es una etapa donde se ha salido de un lugar, pero todavía no se llega a otro; y es precisamente esto lo que la hace tan turbulenta” (López y Gáfaro, 2021, p. 15).

De acuerdo con López y Gáfaro (2021): “La adolescencia es quizás una de las etapas más inquietantes de la vida, que impacta no solo a los jóvenes, sino también a todo su entorno familiar y social” (p. 11).

Diversos autores, entre ellos, Stanley, Vygotsky, Erikson (citados por Nicolson y Ayers, 2002), han hecho significativas aportaciones a lo que hoy nos compete, que es el tema de la adolescencia. Tomando en cuenta el conocimiento de lo que tales autores han referido, podemos señalar que no hay una concepción completamente homogénea sobre la adolescencia.

Hablar de adolescencia siempre termina siendo todo un reto para quien aborda el tema, y principalmente para quien busca entender todo lo que sucede alrededor de ella, parece como si nos enfrentáramos a una ecuación que siempre termina en múltiples variantes o bien, un problema que todos desean entender y/o encontrar una solución para enfrentarlo. Dicho así, consideramos que lo que todos buscan, o al menos aquellos adultos con un adolescente en casa, es entender cada proceso y cada etapa que atraviesa, y que esto nos oriente a entender en dónde estamos parados.

Cada ser humano tiene una conformación diferente e increíblemente única, esta conformación es construida mediante su propio contexto social, cultural, familiar, económico, etc., por ello, cada individuo adquiere características diversas, partiendo de esta premisa, a lo largo de este y los posteriores capítulos, al abordar el tema de la adolescencia, nos estaremos refiriendo de manera general, a términos, conceptos y definiciones que son considerados comunes a nivel mundial. Es decir, entendemos que cada adolescencia es diversa, no obstante, para fines prácticos y accesibles, nos

centraremos, como ya hemos mencionado, en los aspectos que se consideran universales.

La adolescencia ha llevado un trabajo arduo de investigación y a la fecha es estudiada siempre desde una visión objetiva y teórica, sin embargo, escuchar las voces de aquellas personas que viven esta etapa resulta crucial para lograr conocer la otra cara de la moneda, esa que muchas veces es poco valorada y validada, pero que es la que nos ofrece una valiosa mirada hacia los sentimientos y pensamientos del adolescente.

Al cuestionar a una adolescente sobre ¿Qué es la adolescencia?, comenta lo siguiente:

> ¿Puedo responder con un ejemplo?, relaciono mucho la adolescencia con el mar, al principio todo es calma y luego llega una ola tras otra y te revuelca y no sabes cómo salir y parece que te estás ahogando, así se siente, llegan cambios tras cambios y cuando parece que ya acaban llega un nuevo problema, la adolescencia son cambios tras cambios, nos hacemos grandes y nos piden comportarnos como gente grande, pero al menos yo todavía no me siento grande (Ent. A2, 13 de mayo 2024).

La forma en que A2 aborda la adolescencia como “olas del mar”, resulta una concepción bastante acertada y que la ha llevado a una reflexión constante por los cambios que vive y que vivió cuando llegó a la etapa.

El duelo que atraviesa el adolescente puede llegar a ser muy abrumador, el cambio tan drástico que resulta dejar de ser considerado un niño pequeño para pasar a ser considerado como alguien que tiene responsabilidades y tareas de mayor peso, el “hacerse más grande” sin sentirlo aún, tal como lo menciona A2, puede generar un conflicto interno en el adolescente, y verse envuelto en una crisis de identidad, ¿Soy o no soy?, ¿Quién soy?

Para A3, 15 años:

> La adolescencia son cambios emocionales y en nuestro cuerpo que nos hacen darnos cuenta de que ya no somos niños chiquitos, los intereses cambian, los pasatiempos y empezamos a tener problemas que algunas veces no podemos contar a nuestros papás, cosas así pasan y pasan como que muy rápido (Ent. A3, 1 de mayo 2024).

A3 refiere un punto importante: cambios en su cuerpo y en sus emociones que pasan muy rápido. A lo largo de la infancia, los cambios físicos y emocionales pueden presentarse gradualmente, sin embargo, durante el periodo adolescente, estos cambios tienen una aceleración constante, lo que provoca que el individuo no logre tener el tiempo adecuado para procesarlos, todos estos cambios, físicos, psicológicos y sociales requieren ajustes al "nuevo *yo"* que se encuentran construyendo, y su adaptación a estas alteraciones puede resultar complejo y en muchas ocasiones tardado.

Como hemos mencionado con anterioridad, es primordial rescatar la información brindada por los adolescentes entrevistados, puesto que son ellos el pilar de esta investigación y es importante conocer lo que ocurre desde sus propias vivencias, sin embargo, también es esencial rescatar lo que nos dicen los demás sujetos participantes, como los adultos jóvenes, quienes igualmente logran rescatar elementos de lo que significó la adolescencia para ellos y ellas.

AJ2 comenta que su etapa adolescente fue muy limitada, sus cambios hormonales le generaron incertidumbre y en general, un periodo en su vida que no disfrutó porque sus papás ejercían un control sobre sus decisiones y acciones.

Para AJ3, la adolescencia traía consigo inseguridades, dudas sobre su capacidad para sobresalir y una relación con sus padres bastante distante.

A su vez, también es fundamental detallar lo que nos dicen algunos autores al respecto y poder analizar lo que dice la teoría y las opiniones de los integrantes del estudio.

Al respecto de la categoría de adolescencia, Almario (2022) expone lo siguiente:

> Desde la definición de la palabra adolescencia encontramos una suposición equivocada pero muy difundida no solo en la cultura popular, sino también en las ciencias del comportamiento y que da lugar a una connotación negativa; se supone que la palabra adolescencia viene de *adolecer*, de padecer un dolor. En realidad, en su raíz etimológica, la palabra adolescencia no tiene nada que ver con esto. […] la palabra viene del latín *adultus* (adulto), que en su extensión *adulescens*, traduciría como haciéndose adulto (p. 24).

Por otro lado, Artola (2002), plantea que: “La palabra adolescencia se deriva del verbo latino *adolescere* que significa crecer, desarrollarse, madurar, […] la adolescencia no es un problema, es un proceso” (p. 11).

Tal como hemos indicado anteriormente, es un trayecto completamente transicional que nos hará llegar a la adultez, por ello, el adolescente de forma totalmente ineludible, deberá vivir situaciones nuevas, tomar nuevas responsabilidades y tareas que, en algunos de los casos, ayudan a que comience a conformar parte de su autonomía e identidad y a *“hacerse adulto”*; “La adolescencia, si no es tratada satisfactoriamente puede llevar a problemas afectivos y de comportamiento en la vida adulta” (Nycolson y Ayers, 2002, p. 10).

Para alcanzar la etapa adulta, el adolescente, idóneamente, primero tendrá que hacer frente a diversas *fases* y comportamientos, de acuerdo con esto, Lillo (2004) hace referencia a tres que son muy comunes de observar durante la etapa adolescente:

1. **Sus relaciones con sus padres:** supone su capacidad de ir cambiando de un estadio de dependencia emocional infantil a uno de mayor independencia afectiva, en el que el adolescente adquiere conciencia de que sus pensamientos y sentimientos son propios, no dependiendo totalmente de como (sic) pudieran influir, condicionar o reaccionar sus padres. Adquieren conciencia de tener una vida que buscan que sea secreta y propia. Esto es fuente de enriquecimientos lingüísticos ya que es la forma de crear un código de comunicación entre ellos que sea diferente para los adultos.
2. **Sus relaciones con sus amigos:** donde se muestra su capacidad para encontrar y escoger a otros adolescentes, que aumenta, en grupo, sus esfuerzos y deseos de hacerse adulto. Un grupo donde ensayar a través de las múltiples identificaciones proyectivas en sus miembros, su identidad y sus nuevas capacidades.
3. **La visión que tiene el adolescente de sí mismo como persona**: Su visión de sí mismo como persona le tiene que llevar a la exploración del mundo externo, donde ensayar y probar las nuevas posibilidades adquiridas, donde aparecen nuevos intereses y preocupaciones. Es la proyección en el mundo exterior de la transformación que está viviendo, con el consiguiente cambio en sus relaciones sociales (p. 4).

Retomando la primera fase expuesta por Lillo (2004), algunos adolescentes entrevistados mencionan lo siguiente:

A4 de 15 años, comenta que:

“la relación con mi mamá ha cambiado mucho porque discutimos, me hace sentir mal sus comentarios, sin embargo, le sigo teniendo confianza y con mi papá es buena convivencia, a pesar de que tiene un trabajo donde casi no lo veo” (Ent. A4, 15 de mayo 2024).

Por otro lado, en contra parte, A5 de 15 años señala que: “la verdad muy buena ya que tengo una buena comunicación con ellos y eso me genera mucha confianza, a veces mi mamá me hace sentir incómoda con sus comentarios” (Ent. A5, 15 de mayo 2024).

A4 y A5 refieren malestar e incomodidad al recibir ciertos comentarios por parte de su madre, y es que, los comentarios que reciben por parte de sus familiares, amigos y sociedad en general, adquieren mayor valor y significado durante la adolescencia, su búsqueda por encontrarse a sí mismos, los hace cuestionar en muchas ocasiones, sus actitudes, su forma de ser, pensar y expresar, por ello, como adultos de confianza es una misión guiarlos, en lugar de juzgarlos y señalarlos.

Las fases que se han detallado con anterioridad, se ven reflejadas a lo largo de la adolescencia, sin embargo, al ser una etapa cambiante, cada fase tendrá un impacto y se manifestará de forma diferente, dependiendo la edad y las características individuales que tenga el adolescente. Por ejemplo, retomando nuevamente la fase 1: Relaciones con sus padres, en los inicios de la etapa adolescente al pasar por el duelo por la pérdida de la infancia, no es tan frecuente que haya una separación significativa del núcleo familiar, sin embargo, cuando el adolescente se encuentra en la adolescencia media, este mismo vínculo con sus padres se ve afectado, ya que se ha generado mayor autonomía y su contexto social ha repercutido en su forma de percibirse y percibir el espacio que lo rodea. Todo depende de sus características personales, del contexto y, principalmente, de la edad en la que se encuentre el sujeto.

La edad a partir en la cual se comienza a considerar adolescente y la edad en la que deja de serlo, puede tener variaciones que dependen de la cultura y del tratamiento teórico que se le dé. De acuerdo con diversos autores existe un aproximado entre los 10 y 22 años. Por ejemplo, para Nycolson y Ayers (2002), la adolescencia inicia

aproximadamente entre los 10 y los 13 años y termina entre los 18 y los 22 años; por otro lado, López y Gáfaro (2021) establecen un periodo entre los 12 a los 21 años, mientras que para Tessier (2000) la adolescencia la podemos empezar a contemplar a partir de los 10 años hasta los 20 años.

Como se aprecia, la adolescencia es un periodo que se presenta entre los 10 años hasta los 22 años aproximadamente. Es relevante mencionar que este periodo se estructura por diversas etapas, cada una de ellas con características propias, es decir, la adolescencia a los 10 años no tendrá las mismas características en comparación con la adolescencia a los 19 años, puesto que tendrán un enfoque y un impacto diferente en el individuo.

Para tratar de explicar esto más a fondo, Artola (2002) y Silva (2008), nos ayudan a categorizar este periodo.

- **Adolescencia temprana:** Comprende un rango entre los 11 a los 14 años. En esta primera etapa suceden muchas cosas de manera simultánea, que repercuten directamente en la vida y en el entorno social y familiar del adolescente, en primer lugar, se atraviesa el *duelo* de tener que dejar la infancia. El adolescente al empezar a convivir con sus iguales, crea lazos de mayor confianza a los que se aferra buscando aquella comodidad y calidez que antes recibía durante su infancia, pero que ahora, en su adolescencia, es más difícil obtenerla de sus padres. Asimismo, los cambios físicos se hacen notables y la sensación de extrañez empieza a estar presente; inician las manifestaciones de la famosa *"pubertad" (p. 36).*

A continuación, en la tabla 1 se presentan los cambios más relevantes de esta fase.

Tabla 1. Fase Temprana

Fase temprana: Preocupación por lo físico y emocional
• Duelo por el cuerpo y por la relación infantil con los padres • Reestructuración del esquema e imagen corporal.
• Ajustes a emergentes cambios sexuales físicos y fisiológicos

• Estímulo de las nuevas posibilidades que abren estos cambios • Necesidad de compartir los problemas con los padres. • Fluctuaciones del ánimo. • Fuerte autoconciencia de necesidades. • Relaciones grupales con el mismo sexo. • Movimientos de regresión y avance en la exploración y abandono de la dependencia.

Fuente: Krauskopof, D. (1999). *El desarrollo psicológico en la adolescencia: las transformaciones en una época de cambios.* (p. 2).

- **Adolescencia media:** Comprende un rango entre los 14 a los 16 años. En este trayecto, inicia la conformación de la identidad, "la identidad evoluciona mediante los procesos de introyección (interiorización de las personalidades de otros individuos significativos) e identificación (asimilación de roles y valores de los otros)" (Nicolson y Ayers, 2002, p. 13).

  Como resultado de la búsqueda de la identidad, la separación de los padres se vuelve más real, por ello, los padres buscan imponerse como una autoridad, influyendo en la búsqueda del adolescente de tal identidad. Esto hace que los adolescentes se sientan juzgados y poco aceptados por su círculo familiar, es por eso que el quiebre con la familia resulta inevitable.

Al respecto, los cinco adolescentes partícipes de esta investigación, se encuentran en la adolescencia media.

Tabla 2. Fase Media

Fase media: Preocupación por la definición personal social
• Diferenciación del grupo familiar • Duelo parental por la pérdida del hijo fantaseado • Deseo de afirmar el atractivo sexual y social. • Impulsos sexuales emergentes • Exploración de capacidades personales

• Capacidad de situarse frente al mundo por si mismo
• Cuestionamiento de aspectos comportamentales y posiciones previas • Preocupación por lo social • Grupos heterosexuales • Interés por nuevas actividades • La pareja como extensión del yo. • Búsqueda de autonomía

Fuente: Krauskopof, D. (1999). *El desarrollo psicológico en la adolescencia: las transformaciones en una época de cambios*. (p. 2).

- **Adolescencia tardía:** Comprende un rango entre los 17 a los 21-22 años. En esta última etapa, el adolescente se estabiliza, aquellas áreas de su vida que anteriormente sufrieron una fractura vuelven a resanar y a adquirir nuevamente un sentido de preocupación y valor, tales como la familia, el estudio, el trabajo, etc., asimismo, es capaz de soltar el egocentrismo y construir relaciones interpersonales más duraderas y estables, existe ahora en el adolescente una autoimagen más consistente.

Tabla 3. Fase Tardía o final

Fase Final: preocupación por lo social
• Búsqueda de afirmación del proyecto personal-social • Reestructuración de las relaciones familiares • Desarrollo de instrumentos para la adultez • Exploración de opciones sociales • Avance en la elaboración de la identidad • Duelo parental por la separación física • Grupos afines en lo laboral, educativo, comunitario • Relaciones de pareja con diferenciación e intimidad • Capacidad de autocuidado y cuidado mutuo

Fuente: Krauskopof, D. (1999). *El desarrollo psicológico en la adolescencia: las transformaciones en una época de cambios*. (p. 3).

Otras características de cada fase que compete a la etapa adolescente son explicadas por Pineda y Aliño (2002), quienes las describen de la siguiente manera:

- **Características de la adolescencia temprana y media:** Esta etapa se caracteriza por el crecimiento y desarrollo somático acelerado, inicio de los cambios puberales y de los caracteres sexuales secundarios. Preocupación por los cambios físicos, torpeza motora, marcada curiosidad sexual, búsqueda de autonomía e independencia, por lo que los conflictos con la familia, maestros u otros adultos son más marcados. Es también frecuente el inicio de cambios bruscos en su conducta y emotividad.
- **Características de la adolescencia tardía:** En esta fase se ha culminado gran parte del crecimiento y desarrollo, el adolescente va a tener que tomar decisiones importantes en su perfil educacional y ocupacional. Se ha alcanzado un mayor control de los impulsos y maduración de la identidad, inclusive en su vida sexual, por lo que está muy cerca de ser un adulto joven (p. 2).

Al respecto del término *pubertad,* mencionado como un factor ineludible que se presenta durante la adolescencia temprana*,* es importante entender que, si bien pubertad y adolescencia vienen de la mano, son etapas que es necesario identificar de forma individual. La *pubertad* es la etapa *biológica* en la que el cuerpo experimenta cambios físicos y hormonales que marcan el inicio de la madurez sexual.

Autoras como Laufer, Davrierux y García (2023), definen la pubertad como:

> Un fenómeno biológico complejo a través del cual se desarrollan los caracteres sexuales secundarios, se obtiene la maduración sexual completa y se alcanza la talla adulta. En los seres humanos, la pubertad se manifiesta no solamente en forma de cambios hormonales y físicos, sino también con cambios conductuales y psicológicos (p. 2).

Está asocia con la aparición de las características sexuales antes señaladas, y, por otro lado, la adolescencia que además de la pubertad, incluye el desarrollo emocional y social de la persona, es la etapa de transición de la niñez hacia la vida adulta.

Desde la perspectiva de Lillo (2004), la adolescencia se inicia por unos cambios corporales que se recogen bajo el concepto de *pubertad*, los cuales se pueden concretar en dos ámbitos:

1. Los cambios anatómico-estructurales consistentes en los desarrollos de los caracteres sexuales secundarios: tamaño, masa muscular, etc.

2. Los cambios funcionales: se desarrolla la capacidad de procrear, de reproducción, iniciándose con la aparición del período menstrual y la primera emisión seminal (p. 11).

En términos generales, podemos decir que la pubertad son cambios a nivel biológico y físico, que tienen un comienzo y un fin definido, mientras que, la adolescencia, son cambios a nivel psicológico y emocional que se considera que tiene una transición más prolongada, en algunas ocasiones, se prolonga hasta que el individuo logre adquirir una madurez emocional y psicológica más completa. Es necesario mencionar que, “cada niño vive procesos familiares y sociales diferentes que lo empujan o lo retrasan para comenzar y terminar esta etapa” (López y Gáfaro, 2021, p. 15).

Saber la diferencia entre pubertad y adolescencia es clave para comprender cómo los adolescentes se desarrollan en todos los aspectos de su vida: físico, emocional, social y cognitivo. En este sentido, es esencial, que tanto los padres, maestros u otros adultos de confianza, brinden acompañamiento al adolescente, dándoles herramientas e información fiable, que los ayude a navegar en medio de esos cambios y que posteriormente, por sí mismos, puedan construir bases sólidas para entrar en la vida adulta.

2.2 Algunas características del adolescente

Como se expuso en el apartado anterior, la característica distintiva de esta etapa y la que visiblemente nos permite identificar que un niño ha dejado de ser niño y ha iniciado la adolescencia, es el aspecto físico, no obstante, esta etapa, también se caracteriza por los cambios en el desarrollo emocional y social, la adquisición de nuevas capacidades y habilidades que ayudan al adolescente a relacionarse con otros e iniciar con la búsqueda/construcción de la identidad.

La identidad, por su parte, es un proceso de construcción continuo, que impacta principalmente en el desarrollo psicológico del adolescente, llegada esta etapa, suelen surgir preguntas como, ¿Quién soy?, ¿Qué quiero ser?, ¿Qué me gusta?, ¿Qué no me gusta?, las bases que construyen la identidad de la o el adolescente, pueden ser variables, sin embargo, identificamos algunas de acuerdo a lo que López y Gáfaro (2021) mencionan.

1) Autoconcepto: La percepción que el adolescente tiene de sí mismo, puede tener una influencia muy significativa para él o ella. “Muchos llegan a subestimarse, y algunos, a sobreestimarse” (p. 23). En otras palabras, hay adolescentes que minimizan sus valores, habilidades y capacidades, y otros que los exageran; de la mano del autoconcepto viene la autoestima, la autoestima por su parte, es la valoración que le damos a lo que percibimos de nosotros mismos. “Durante la adolescencia, la autoestima, va a estar muy condicionada por dos elementos: el aspecto físico y la aceptación por los compañeros” (López y Gáfaro, 2021, p. 34). Respecto a ello, AJ2 refiere lo siguiente: “Fue una etapa muy difícil de sobrellevar ya que mi cuerpo empezó a cambiar mucho y era algo que me deprimía mucho, pues ante los compañeros estaba muy marcado el estereotipo de mujer que les agradaba” (Cuest. AJ2, 16 de febrero, 2024).

Una vez que se percibieron a sí mismos, comienzan a construir una idea de sí basada en las expectativas y preferencias de los otros, esto con el fin de sentirse que encajan dentro de los estereotipos, o hay quienes, por el contrario, desde pequeños forjaron una autoestima firme, y que quizá no les genere un impacto el auto percibirse lejanos a los estereotipos de los demás.

2) Influencias sociales: Éstas pueden estar marcadas por la familia, los amigos, los compañeros de clase y las redes sociales, como se explicó, con el fin de encajar, muchos adolescentes crean una identidad que le agrade a los otros, en lugar de cuestionarse que es lo que les agrada a ellos.
3) Familia: En el núcleo familiar es en donde adquieren valores, creencias y tradiciones que los conforman durante gran parte de su vida, mismas que confrontarán conforme vayan creciendo y conociendo el mundo, y ellos por sí

mismos, tomarán la decisión de en qué van a creer, en quién van a creer, cómo quieren vivir, tanto en aspectos religiosos, como en aspectos culturales, políticos, morales, etc.

Estos factores, pueden influir en la construcción de la identidad de la o el adolescente, no obstante, es importante tener en cuenta, que conforme crecen y desarrollan sus habilidades cognitivas, la identidad se vuelve más sólida. Aunque aún puede estar sujeta a cambios, estos son menos frecuentes en comparación de cómo se producen en la adolescencia, ya que un adulto es más consciente y capaz de discernir entre lo que mejor le conviene.

Lara (1996) hace énfasis en otra clasificación de los diferentes cambios que se presentan en el adolescente y los divide en:

Cambios fisiológicos

1. El crecimiento repentino: hacia los 10 años en las chicas y hacia los 12 en los chicos, comienza a acelerarse bruscamente el ritmo de crecimiento corporal y de peso que va acompañado de un cambio en la distribución de las proporciones del cuerpo. En las chicas la fase de crecimiento es más corta, termina a los 14-15 años, mientras que en los chicos termina hacia los 18.
2. Crecimiento y maduración de las características sexuales primarias: estas (sic) son las que están directamente relacionadas con la reproducción, específicamente en la mujer: vagina, útero, ovarios y trompas de falopio; en el hombre: pene, testículos, vesícula seminal y los conductos deferentes. Todos estos órganos experimentan un gradual aumento que lleva a la madurez sexual.
3. Aparición de las características sexuales secundarias: son signos de maduración, pero no intervienen directamente en la reproducción. En ambos sexos: crecimiento del vello púbico y axilar, de la cara y del cuerpo en general, cambios en la voz, que se hace más profunda porque crece la laringe y por causas hormonales, sobre todo en los chicos, cambios en la piel, que se hace más grasa y dura.
4. Aparición de la menarquia en las chicas y emisiones nocturnas en chicos: son los signos de la madurez sexual (p. 4-5).

Cambios psicológicos

El razonamiento y los pensamientos en la adolescencia se logran a través del ensayo y el error, manipulando cualquier decisión para así llegar a sus propias conclusiones, al respecto Lara (1996) indica lo siguiente

1. *Se razona no solo lo real, sino sobre lo posible: lo real es solo una parte de lo posible*. El sujeto esta razonando no solo con lo que tiene delante sino sobre lo que tiene presente y esta (sic) llegando a conclusiones que desbordan los datos inmediatos y que se refieren no solo a datos reales sino, también posibles.
2. *Razonamiento hipotético-deductivo.* Es la base del conocimiento científico. Se aleja del ensayo y error y de la manipulación directa de los objetos. Existe la capacidad de formular distintas hipótesis para explicar un fenómeno y pasar luego a comprobarlas.
3. *Carácter proposicional del pensamiento.* Los sujetos en el estadio formal se sirven de proposiciones verbales como medio ideal en el que se expresan sus hipótesis y razonamientos, así como los resultados que obtiene. Las entidades más importantes en su razonamiento ya no son los datos de la realidad, sino afirmaciones o enunciados (proposiciones) que contienen esos datos (p. 7).

Resulta claro que en la etapa de la adolescencia la apariencia física es uno de los factores más importantes y de mayor preocupación, de acuerdo con Lillo (2004) depende de:

1. *La percepción subjetiva:* del aspecto físico y su capacidad funcional sexual, que supone una reconstrucción radical de su imagen al perder la de la infancia. Tiene que renovarla con la adulta. El cuerpo adquiere un nuevo valor: el sexual. Cualquier rasgo corporal puede ser vivido como prueba de ello y por lo tanto las diferencias (estatura, vello, pechos, caderas...) adquieren un valor global de si es adecuado o no para la función sexual.
2. *Las relaciones de objeto y de sus configuraciones internas*: Si el adolescente tuvo una infancia marcada por fracasos en su adaptación, aumentará sus fracasos en la adolescencia. La imagen corporal es una representación simbólica condensada de las experiencias presentes y pasadas del individuo con su propio cuerpo, ya sean reales o imaginarias. El adolescente se puede sentir abrumado por los efectos del proceso de maduración. Así, por ejemplo, en el varón su pene está orientado hacia

afuera y a la vista, se nota visual y táctilmente, lo que puede poner en peligro su mundo interno de deseos y excitaciones, que se exteriorizará en el pene, poniéndose al descubierto. Hablamos de un adolescente en el que su sexualidad se pone de manifiesto al mundo exterior y no siempre controlando sus excitaciones e impulsos que le harán sentir en evidencia. Todo ello configura un adolescente muy sensibilizado hacia cualquier cosa que pudiera suponer una crítica o que se le parezca como una descalificación o que le hiciera sentir inferior.

3. *Su entorno*: La valoración del cuerpo aumentará o disminuirá dependiendo de si percibe que satisface o no las expectativas de quienes le rodean: los padres, y de lo que éstos proyectan inconscientemente sobre él: deseos de otro sexo en el hijo, obesidad, etc… que aumenta la vivencia de inadecuación. El adolescente muestra una enorme vulnerabilidad ante la aprobación o desaprobación de los demás.
4. *Imagen corporal ideal*: con la que se compara y que constituye el ideal del Yo (p. 13).

Respecto a los cambios físicos y psicológicos, algunos adolescentes entrevistados, mencionan lo siguiente:

Para A2 de 15 años:

“Los cambios emocionales, hormonales, de humor, el sentirte mal, pero no saber por qué te sientes mal, es lo más difícil de ser adolescente, lo demás pues como sea lo aguantas, ah y también el acné, es lo peor “(Ent. A2, 13 de mayo 2024).

A2 comenta de igual manera lo siguiente:

> A veces me siento bajoneada y rara, es raro porque no sé cómo decir cómo me siento, pero me imagino que es por lo mismo de ser adolescente, también subir de peso yo creo fue de las cosas que no me gustaron y de las que sí me sentía mal (Ent. A2, 13 de mayo 2024).

Para algunos adolescentes, puede significar e impactar de formas diversas, los adolescentes entrevistados hacen referencia a algunos de los procesos y dificultades que han tenido que atravesar durante este periodo, lo que nos permite conocer y sensibilizarnos ante aquello que están pasando y sintiendo con dichos cambios, y sobre esta nueva realidad que viven día con día.

Cada adolescente vive su propia realidad, y sus experiencias con la adolescencia pueden variar. Mientras que algunos pueden enfrentar estos cambios con mayor facilidad, otros experimentan ansiedad, confusión o dificultades en su adaptación o aceptación. Las entrevistas revelan cómo los adolescentes perciben su transformación física, las presiones sociales, los desafíos en la construcción de su identidad y las emociones que surgen durante este tiempo.

Cambios sociales

Durante los años de la adolescencia, el sujeto se verá inserto en diversos entornos que pueden beneficiar o perjudicar su desarrollo; por aspectos sociales, entiéndase, familia, amigos, escuela, entorno cultural, su comunidad, etc., dichos entornos pueden actuar a favor o en contra del adolescente.

La familia al ser el primer entorno en el que nos insertamos desde el nacimiento se vuelve fundamental a lo largo de la vida y en cualquier etapa en la que nos encontremos, es nuestra primera imagen de referencia para adquirir habilidades, valores o conocimientos, es aquí donde se cimientan elementos para la conformación de la identidad, los cuales nos acompañarán probablemente, hasta la vida adulta.

Sin embargo, es a lo largo de la adolescencia que se comienza a poner en segundo plano a la familia, los adolescentes saben que los padres están ahí y, por un lado, eso les genera frustración porque los ven como figura de autoridad que pone límites para aquello que quieren realizar, por el otro, les genera alivio, saber que tienen el respaldo de sus padres cuando algo sale mal o cuando necesitan de ellos. Tal como López y Gáfaro (2021) mencionan:

> El alejamiento de los hijos se hace evidente. Los jóvenes se apartan de los padres por lo que ellos representan -autoridad, disciplina, orden, etc.- y por quienes son, aumentando la brecha comunicacional entre ambas partes. La inmensa necesidad de autonomía que tienen los adolescentes los lleva también a apartarse de su familia, [...] no la pueden obtener del todo porque todavía dependen de sus padres en muchas áreas como la económica (p. 99).

Por un lado, los adolescentes buscan construir su autonomía, lo que puede generarles frustración cuando los límites y reglas parentales se interponen ante sus acciones, sin embargo, a pesar de esa frustración e ignorando el hecho de que, en la mayoría de los casos, existe un enfoque específico hacia sus amigos en lugar de su familia, la presencia de los padres sigue jugando un papel clave; más en momentos complicados, principalmente porque el adolescente aún no logra consolidar una autonomía e independencia total.

Ante tal argumento, algunos de los adolescentes entrevistados, declaran que sus personas de confianza distan considerablemente de ser sus padres.

A4 de 15 años menciona que:

“Mis hermanas son las personas de mayor confianza, ya que les puedo contar cualquier cosa y no me juzgan, al contrario, solo ríen conmigo, me aconsejan debido que soy la menor entre ellas” (Ent. A4 15 de mayo 2024).

A5 de 15 años comentó que:

“Mi amiga y mi prima, porque me hacen sentir confianza y me puedo expresar muy fácilmente con ellas” (Ent. A5, 15 de mayo 2024).

Cuando la familia tiene menor relevancia en la vida del adolescente, las amistades que construya irán en primer lugar, estas amistades muestran apoyo y contención emocional, por ello, para el adolescente se vuelve crucial encontrar un lugar donde sea entendido, donde no sea juzgado y donde sus experiencias, dudas y miedos las vea reflejadas en los demás. “Los amigos son el primer contacto del adolescente con un grupo social aparte de la familia” (López y Gáfaro, 2021, p. 160).

Al respecto, Aberastury y Knobel (1985) destaca dos aspectos importantes, la búsqueda de la identidad y el encuentro del adolescente frente a otros y a sí mismo, en donde el adolescente se identifica con sus semejantes, pero a su vez, es necesario que siga conservando su identidad construida mediante su propio contexto, aquellos aspectos que resultan propios de cada adolescente. Es decir, que todos los adolescentes comparten ciertos cambios, pero en diferentes momentos, haciéndolos únicos.

Lo que propicia esta individualidad en el adolescente es su comunidad y cultura que, igualmente, forman parte de lo social y de la identidad del mismo. El individuo está sujeto a las costumbres, creencias, tradiciones, valores, educación, etc., que le inculcan desde la niñez, en cambio, se ponen en duda cuando el adolescente interactúa con aquellos que provienen de otro contexto social. Es quizá un hecho, que, llegada la adolescencia, muchos de los aspectos con los que crecieron, vayan siendo dejados atrás para adentrarse en su libre albedrio, un ejemplo de ello es la religión.

Una imposición principalmente familiar es la religión a la que se debe inclinar el adolescente, podemos decir que es un adolescente devoto que acude a misa cada domingo, pero una vez llega la separación de los padres y la curiosidad por lo desconocido, esa devoción puede romperse y empezar a cuestionarse, es aquí en donde, debido a la búsqueda de los intereses propios, decide tomar otro camino y buscar nuevas actividades que le interesen o con las que siente que puede "encajar más" con los demás adolescentes.

Con ayuda de estas experiencias que se pueden presentar en diferentes áreas, es como el adolescente inicia la búsqueda y conformación de su verdadero yo.

Es trascendental reconocer y entender las características universales de la adolescencia, pues esto nos permitirá identificar aquellos comportamientos comunes en esta etapa y evitar crear juicios inapropiados hacia los adolescentes y sus vivencias. Si comprendemos esto, será posible abordar las conductas del individuo con mayor empatía y tolerancia.

2.3 Retos y riesgos del adolescente hoy en día

Ser adolescente, como ya se ha mencionado previamente, implica experimentar una serie de cambios recurrentes que impactan significativamente en su vida, su contexto y su relación con quienes lo rodean, sin embargo, es fundamental tener presente, que dichos cambios no son los únicos por los que deberá preocuparse, puesto que, se encuentran ciertos retos y riesgos a los que estará expuesto y que pueden impactar su futuro. La familia, la escuela, el círculo de amigos son factores que influyen de manera sustancial en la vida del adolescente y dentro de cada uno de estos ámbitos, ocurrirán

situaciones que pueden llevar al adolescente a experimentar una situación de riesgo o a enfrentarse a nuevos retos.

Cuando se entra a este periodo de vida, hay tantas cosas nuevas por descubrir, algunas generan emoción y otras pueden generar miedo, los adolescentes en esta etapa vuelven a ser como en su infancia; esponjas que absorben todo, aunque claro, con cuestiones que son mucho más complejas y diferentes y en las que las probabilidades de estar en una situación de riesgo, se vuelven altas. Son diversos los retos y riesgos a los que se puede enfrentar el adolescente, algunos de los más frecuentes son aquellos de los que más se habla o de los que más se tiene conocimiento, como, por ejemplo: el consumo de sustancias psicoactivas, embarazos adolescentes, depresión, suicidio, trastornos alimenticios, presión académica, entre otros.

Fandiño (2011) afirma que las problemáticas de la juventud hacen referencia a toda situación que vulnera su autoestima o que obstaculiza su satisfacción de normas y expectativas sociales. Tales problemáticas las clasifica en ocho tipos:

> *Personales:* enfermedades, imagen corporal, alcoholismo, depresión, crisis de fe, etc.
>
> P*érdidas con significación afectiva*: muerte de seres queridos, cambios de lugar de residencia, desempleo, peleas con amigos.
>
> *Familiares*: separación o divorcio de los padres, discusiones con hermanos o tíos, abandono, negligencia.
>
> *Legales/violencia:* accidentes, intervención policial, asaltos, robos, abusos, actividades delictivas.
>
> *Sexuales*: violaciones, embarazos no deseados, conflicto con la identidad sexual, enfermedades sexuales.
>
> *Educativos*: dificultades de aprendizaje, pérdida de exámenes, confusión vocacional, fracaso escolar, discriminación.
>
> *Paternos/maternos*: vicios de los padres, castigos físicos por parte de los padres, padecimientos de los padres, nueva pareja de los padres.
>
> *Otros*: relaciones de romance, relaciones de amistad, vínculos con pares (p. 7).

¿De qué depende que el adolescente caiga en una situación de riesgo?, son diversos los factores por los que se puede enfrentar o experimentar una situación de riesgo, aquí explicamos algunos de ellos:

1. Falta de comunicación con sus padres: Entrando a la etapa adolescente, en múltiples núcleos familiares, surge un quiebre en la relación entre padres e hijos.

Al respecto, Silva (2008) refiere lo siguiente:

> La mayoría de los adultos no se plantean comprender cuál es la mutación que están experimentando los jóvenes cercanos, qué consecuencias producen estos cambios, el cómo y porqué se producen no importa, los ven pasar, sin detenerse, algunas veces con molestia, otras con indiferencia (p. 315).

Por otra parte, AJ2 expone:

> Al no tener un apoyo moral o alguien que me pudiera orientar y sacarme de tantas dudas en relación a mis cambios hormonales, físicos, sentimentales y demás, en mi ignorancia y ante la presión social y el quererme sentir incluida, me refugié en personas que no fueron de ayuda durante mi vida adolescente y derivado de ello cometí muchos errores, que al final cobraron un alto precio durante mi vida académica (Cuest. AJ2, 16 de febrero, 2024)

Es quizá por el prejuicio que los adultos tienen sobre los adolescentes, la falta de tiempo, la falta de información y los tabúes, que muchas veces se muestran indiferentes ante lo que viven y/o experimentan, obligando al adolescente a refugiarse en terceras personas, dejando de lado a quienes deberían ser su centro de seguridad y confianza cuando de temas importantes se habla, es aquí donde pierden la comunicación efectiva y en donde los adolescentes se encuentran más vulnerables a los riesgos de su alrededor, pues no hay quien los oriente y los guíe de manera asertiva.

Tal fue el caso de AJ2, quien expuso que sus padres no estuvieron presentes para guiarla con temas que eran completamente nuevos para ella, y eso la llevó a confiar en otras personas que no supieron darle un apoyo adecuado. Esto resalta, la importancia de una comunicación constante entre padres e hijos adolescentes, la buena comunicación ayuda a construir en la familia espacios de mayor confianza que ayudarán a prevenir

situaciones similares a ésta, además de construir una relación basada en la confianza y en el apoyo emocional.

2. Búsqueda de la identidad: La identidad es uno de los elementos más importantes en la construcción del ser humano, sin una identidad personal, probablemente el individuo caiga en conductas severas, como una baja autoestima, dependencia emocional y un auto concepto deplorable, ante esto, Erikson (1992) menciona que

   es necesario que el adolescente adquiera confianza y seguridad, este, deberá cuestionarse: ¿Quién soy?, ¿Qué quiero ser? Conformar la identidad puede implicar un riesgo en sí, pues en la búsqueda de ella, va conociendo personas, experimentando cosas, viviendo situaciones, que pueden o no ser seguras para él o ella.
3. Sentido de pertenencia: El círculo de amigos juega un papel crucial durante el periodo adolescente, los amigos pasan, en diversas ocasiones, a reemplazar el lugar de los padres, sin embargo, estos círculos de amigos pueden encaminar al adolescente tanto a conductas negativas y positivas, en la misma medida. Por un lado, el vínculo socio afectivo que se genera con los amigos ayuda a que el adolescente sobrelleve los cambios fisiológicos, es un apoyo de contención emocional y de una u otra manera, encamina al adolescente a la construcción de su identidad; por otro lado, este mismo vínculo amistoso puede de igual forma, encaminarlo a comportamientos y prácticas de riesgo.

Una de las adolescentes entrevistadas, refiere lo siguiente:

“A veces hacemos cosas porque vemos que eso es lo que hacen los demás que son de nuestra edad, aunque uno sepa que hay cosas que no debemos hacer porque no son correctas” (Ent. A5, mayo 13 2024).

4. Baja autoestima: Atravesar por una baja autoestima puede ser un factor recurrente cuando se es adolescente, debido a la inseguridad que provocan los cambios que se están experimentando, por ejemplo; durante este periodo, es muy frecuente tener brotes de acné, ello puede generar preocupación por su apariencia, la o él adolescente comienza a compararse con los demás, generando inseguridad por

su aspecto físico, la baja autoestima puede venir de variados elementos, no obstante, es más común que esto se dé por el, ¿Cómo me veo ante los ojos de los demás?

Con respecto a este aspecto, AJ2 responde lo siguiente a la pregunta: ¿Cómo crees que tu etapa adolescente y, principalmente, la comunicación con tus padres impactó en tu ahora adultez?

> Pues crecí con una muy baja autoestima, actualmente aún me cuesta trabajo sobrellevar mi vida de adulto, pues no se me da el comunicarme con facilidad con otras personas y el demostrar afecto, crecí sin amistades, por lo que no tengo vida social y eso a veces es complicado (Cuest. AJ2, 16 de febrero 2024).

El no poder comunicarse con facilidad, no tener una vida social y, principalmente, haber crecido sin amistades desde la adolescencia, se relaciona ampliamente con una baja autoestima, que para AJ2 fue el producto de múltiples situaciones tanto con su familia como con su entorno social en ese entonces. Lo que relata, nos permite observar que el impacto durante la adolescencia, no solo fue significativo en ese momento, sino que también perduró y afectó considerablemente durante la adultez.

5. Factores sociales: Tales como pueden ser las redes sociales, en esta contemporaneidad, es complicado y casi imposible separar la adolescencia de las redes sociales, parece como si se fusionaran y la tecnología formara parte de la construcción del adolescente, volviéndolos *nativos digitales*. Las redes sociales, si bien son una herramienta comunicacional masiva, también traen consigo desventajas, información distorsionada, contacto con personas fuera de su círculo cercano que los pueden acercar a la venta/consumo de estupefacientes, *fake news* y, principalmente, generan un pensamiento en los adolescentes sobre estereotipos ideales de estilos de vida y estándares estéticos imposibles de alcanzar, de ahí se pueden derivar situaciones de riesgo como problemas con su autoestima y su autopercepción, así como también, problemas alimenticios (anorexia, bulimia) y que de la mano, pueden llevar a problemas de salud mental, como depresión y/o ansiedad.

López y Gáfaro (2021) destacan que: “Los adolescentes tienen más posibilidades de meterse en líos por internet […] esto los hace uno de los grupos con más alto riesgo de sufrir abusos por parte de vendedores de droga, pederastas y explotadores, entre otros” (p. 182).

A4 comparte su experiencia personal, afirmando que “la convivencia es un poco difícil porque en ocasiones no nos entendemos y nos terminamos excluyendo. Las actividades que realizamos son platicar, comer y jugar videojuegos” (Ent. A4, mayo 15, 2024).

La gran mayoría de pláticas se trasladan vía remota. Jugar videojuegos, es ahora, entre los jóvenes una forma de comunicarse mientras se entretienen en las variadas plataformas que tienen a su alcance.

Continúan López y Gáfaro (2021), “Los medios masivos también fomentan la homogeneización para crear estereotipos físicos, […] valores, actitudes, entre otros, que no siempre corresponden a la realidad” (p. 194).

Esto ha sido así desde que la viralización de información se hizo tan mediática, y es hasta la actualidad que esta clase de información sigue siendo un fenómeno que expone los estereotipos que idealmente, para la sociedad, todos y todas deberíamos alcanzar

AJ1 afirma que durante su adolescencia se sentía presionada por alcanzar esos estándares “tenía la presión de la sociedad, de mis compañeros de secundaria y de mí misma por cumplir los estándares de belleza que estaban en ese momento, el ser delgada, alta y tener un cuerpo tonificado” (Cuest. AJ1, 20 de enero, 2024).

Como se expuso anteriormente, los medios de información son una herramienta imprescindible en la sociedad actual, transforman totalmente la forma de comunicarse, pero puede no ser del todo fructífera cuando se pretenden forjar vínculos afectivos entre adolescentes o entre padres e hijos.

La comunicación entre padres e hijos sugiere una relación más sólida entre ambas partes, así como también darle las herramientas al adolescente para que logre tomar sus propias decisiones de manera informada y responsable, desde la empatía y tolerancia.

Como padres de familia, no olvidar que el adolescente sigue construyéndose a sí mismo y aún requiere de su apoyo, por muy independientes que ellos quieran ser.

Por lo que, la comunicación debe ser estable y con herramientas necesarias para ir formando a un adolescente autónomo. Para ello, la figura parental deberá adquirir habilidades tales como: empatía, tolerancia y comprensión. “Aunque un adolescente aparente saberlo todo, la mayoría de las veces tiene más dudas de las que los padres se imaginan” (López y Gáfaro, 2021, p. 65).

López y Gáfaro (2021), realizan una lista en donde detallan algunas acciones que los padres pueden llevar a cabo para comprender mejor a los adolescentes y que pueden servir como posibles factores de protección que los padres y madres pueden seguir para mitigar algunos de los riesgos que el o la adolescente puede llegar a enfrentar. La lista se encuentra en el capítulo último, apartado 4.5.

Las situaciones de riesgo a las que se puede enfrentar un adolescente, siempre se encuentran presentes, sin embargo, dependerá de las decisiones que tome, del respaldo familiar que tenga, la apertura a conversaciones incómodas, pero necesarias con sus padres, y de la seguridad y la estabilidad dentro de su núcleo familiar, todo lo anterior con el objetivo de forjar un adolescente con sentido de responsabilidad y discernimiento. Es precisamente por esto, que la familia, en cualquier etapa de vida, juega un papel esencial, no obstante, durante la adolescencia, tiene mayor peso la ausencia o presencia de sus padres y/o familia en general.

Así lo menciona Silva (2008):

> La condición de ser adolescente, su manera de encontrar sentido a su propia adolescencia y la visión del mundo que se forma, así como entrar y salir de esta etapa, son el resultado de múltiples y complejas interacciones, sobre todo cuando no hay una familia que respalde, cuando se pertenece a una familia desestructurada, no solamente por el estrato social, sino por la disfuncionalidad afectiva de los padres y hermanos, su entorno, profesores, grupo de pares (p. 322).

Resulta fundamental mencionar que los retos y riesgos a los que se enfrenta un adolescente van a depender primordialmente del tiempo y espacio sociohistórico en el

que se esté desarrollando, uno de los riesgos actuales a los que se puede enfrentar un adolescente, son los temas relacionados a la salud mental, no es mentira que tan sólo hace algunos años se comenzó a dar apertura a temas de salud mental, ahora es posible identificarlos y nombrarlos por lo que son, cuando con anterioridad, decir que alguien experimentaba ansiedad o depresión era catalogado como una cuestión que generaba pena y/o vergüenza.

Es inevitable que un adolescente no se enfrente, al menos una sola vez, a una situación de riesgo, pero con las herramientas necesarias, incluso puede resultar parte de la construcción de su sentido de independencia y responsabilidad, y aún más, si puede resolverlo positivamente. De esta forma, la familia y los amigos juegan un papel significativo y, así mismo, las instituciones educativas pueden ser un elemento clave que ayude a mitigar los riesgos a los que se enfrenta el y la adolescente, considerando el hecho que la escuela es el segundo lugar donde más tiempo pasa, sin embargo, este es un tema que se abordará más adelante.

CAPÍTULO III: LA COMUNICACIÓN

Este capítulo tendrá como objetivo, por un lado, analizar los elementos que conforman el acto comunicativo, y por el otro, observar cómo la comunicación desempeña un papel clave en la construcción de las relaciones interpersonales de la y el adolescente. Por otra parte, ahondaremos sobre los diversos tipos de comunicación, su impacto durante esta etapa y, posteriormente, durante los primeros años de adultez. Nuestro propósito es sensibilizar y concientizar al lector respecto a la importancia de promover vínculos afectivos que se basen en una comunicación efectiva, empática y de entendimiento mutuo, que construya entre padres e hijos una convivencia armónica.

3.1 Proceso de la comunicación: concepto

Alrededor de la historia, diversos filósofos, han hecho hincapié en la visibilización de una comunicación efectiva, en donde el principal objetivo sea encontrar la verdad mediante el uso del diálogo, no un diálogo hostil o aprehensivo, sino más bien un diálogo basado en el respeto de ideas de los diferentes individuos; permitiendo una interacción a debate de cierto tema, exponiendo diferentes puntos de opinión y generando un enriquecimiento propio de lo que el otro tiene por compartir, para así entender las realidades ajenas a uno mismo.

La comunicación es un proceso más complejo de lo que en realidad creemos, la teoría por un lado, nos habla de tipos diversos de comunicación que emergen a través de diferentes situaciones y que se presentan bajo diferentes contextos, y por otro lado, la práctica nos hace creer que al ser este proceso un acto tan común en nuestro día a día, no es necesario ser examinado más a fondo; no obstante al juntarse la teoría y la práctica será necesario profundizar en cómo estamos desempeñando nuestras relaciones y bajo qué práctica comunicativa lo ejercemos, preguntándonos si aquello que estamos llevando a cabo está favoreciendo sanamente nuestras relaciones con las personas que nos rodean.

Durante la adolescencia es necesario que, como padres de familia, se construyan relaciones comunicativas sanas, que permitan un diálogo respetuoso entre adolescentes y padres, puesto que, como se ha abordado en el capítulo anterior, los cambios que

surgen en el adolescente dejan a este en una situación vulnerable en donde es crucial que lleve una relación estable con sus progenitores, a través de la cual logren comunicarse por medio de un diálogo abierto, tolerante y amable.

La comunicación es un fenómeno que emerge como característica distintiva en las relaciones interpersonales de los individuos, es el conductor que une a las personas y a las sociedades de diferentes culturas y diferentes contextos, creando así, un vínculo que favorece o, en ocasiones, entorpece nuestras relaciones con los otros. Hablamos de entorpecer, cuando la comunicación no está generando un intercambio mutuo y respetuoso entre las personas que estén participando en ella y que, por el contrario, el acto comunicativo se torne adverso.

La comunicación "es el arte de transmitir información, ideas, creencias, sentimientos y pensamientos de una persona a otra. Supone entrar en contacto y penetrar el mundo del otro" (Artola, 2002, p. 45).

Cuando hacemos referencia al término comunicación, seguramente lo primero y único que podemos decir o que incluso sabemos al respecto es: *cuando dos personas intercambian mensajes*. Y si bien, esta expresión no es incorrecta, dentro del acto de comunicar suceden más procesos que nos pueden ampliar el panorama y hacernos ver que la comunicación puede ser todo un arte. Gómez (2016) menciona que la comunicación:

> Es un tema tan antiguo como el hombre y tan importante como él. Muchos problemas y conflictos se resolverían democráticamente si la comunicación entre los seres humanos partiera de escuchar con respeto y tolerancia, posibilitando la expresión honesta y clara de los mutuos intereses y sentimientos (p. 5).

Una característica innata y distintiva en el ser humano es el acto de comunicar; la comunicación es un proceso vital dentro de las relaciones humanas, es una herramienta que usamos en nuestro día a día, y dado que somos considerados biológicamente seres sociales, el proceso de comunicar algo es fundamental para la socialización, puesto que posibilita conocer y entender las necesidades del otro mediante aquello que se esté transmitiendo en el intercambio de mensajes; sin embargo, de acuerdo con lo que

menciona Gómez (2016), debemos cuestionarnos si es que nuestros vínculos socioafectivos están emergiendo desde esta expresión mutua de intereses y sentimientos.

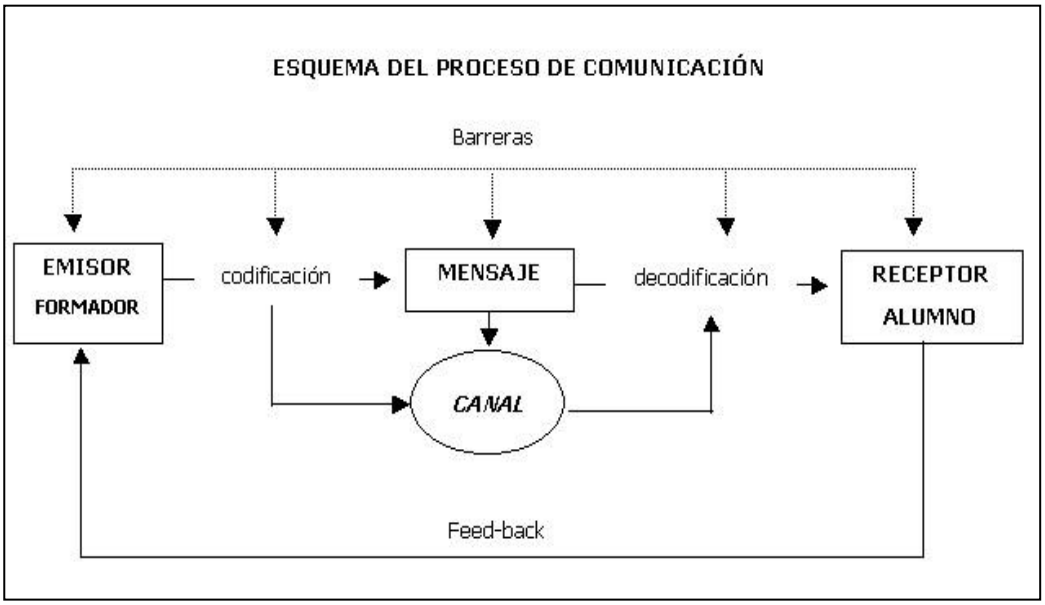
Ante esta afirmación, Fonseca (2000), señala que el acto comunicativo es un proceso más íntimo, es la capacidad de compartir algo sobre nosotros mismos, una cualidad racional y emocional en donde se genera la necesidad en el hombre de ponerse en contacto con los demás e intercambiar ideas. Al hablar de la comunicación como un proceso, debemos preguntarnos qué factores posibilitan que el acto comunicativo pueda llevarse a cabo y se le denomine entonces como tal. Alcaraz y Martínez (1997) en su diccionario de lingüística moderna, declaran que:

> Llamamos comunicación al proceso mediante el que un mensaje emitido por un individuo, llamado emisor, es comprendido por otro llamado receptor o destinatario, que es la persona o entidad a quien va dirigido el mensaje, gracias a la existencia de un código en común. Este proceso abarca dos etapas: la emisión y la recepción del mensaje llamadas respectivamente la codificación y la descodificación (p. 66).

Dicha noción, nos lleva a autores como Guardia de Viggiano (2019), quien afirma que la comunicación es considerada como proceso, dado que está dirigido por etapas, además de ser interactivo y personal, puesto que, por un lado, interactúan dos o más personas y, a su vez, dentro de esta interacción, influyen otros elementos que conforman este suceso y que, de la misma manera, se encuentran en constante interacción. Por tanto, el acto de comunicar no deberá ser visto como una simple articulación de palabras o la escritura de éstas, sino que debe verse como el proceso, en el cual se harán intercambios de pensamientos, ideas u opiniones.

A continuación, se presenta un esquema que, a *grosso modo*, está conformado por los elementos del proceso de la comunicación:

Figura 1. Esquema del proceso de comunicación



Fuente: Cruz, L. (2017). *Proceso de comunicación*: https://knoow.net/es/cieeconcom/marketinges/proceso-de-comunicacion/

El esquema anterior es un modelo que en el plano de lo teórico representa la relación que se establece entre los individuos, mismos que hacen posible el acto comunicativo. Cada elemento que podemos observar en él tiene un por qué y un para qué; todos son igual de importantes puesto que de ellos depende que la transmisión de mensajes sea entendible, clara y fluida.

Dentro de este proceso, tenemos dos agentes: emisor y receptor; por un lado, el emisor es el punto de partida y corresponde a la pregunta de ¿Quién?, es la persona que transmitirá el mensaje (sonidos, palabras, códigos, etc.); y, por otro lado, tenemos al receptor, que es la persona a quien va dirigido el mensaje.

De acuerdo con Martínez (1994), “El canal se traduce como un medio material utilizado por el emisor en la transmisión de un mensaje. Los canales de comunicación son: la palabra, el escrito, la imagen, el sonido y el acto de presencia” (p. 28).

Por otra parte, tenemos la codificación que traduce el mensaje de acuerdo con el canal que se esté utilizando, ya sea escrito, un sonido o una palabra; mientras que la decodificación es cómo el receptor interprete aquel mensaje, teóricamente hablando, un

buen intercambio o una buena comunicación, es cuando el receptor entiende el mensaje y esa interpretación corresponde a lo que realmente el emisor quiso transmitir.

Resulta importante para esta investigación, resaltar el término *feed-back*, o dicho en su traducción al español como retroalimentación, es un elemento que permite al receptor interactuar con el mensaje que transmite el emisor. “El *feed-back*, actúa como esfuerzo de los mensajes de la fuente de información y reproduce el camino y las pautas de la emisión” (Aparici y Silva, 2012, p. 8).

El *feed-back* podría ser visto como una oportunidad de interacción entre emisor y receptor, sin embargo, otra de las propuestas que se han diseñado para este modelo de feed-back es la que propone Aparici y Silva (2012), quienes argumentan al respecto que “… la concepción del f*eed-back* está pensada, diseñada y articulada desde el punto de vista de quien controla el acto informacional” (p. 53), que, en este caso y de acuerdo con lo que la teoría nos menciona, sería el emisor quien controla este acto.

Dicho lo anterior, Aparici y Silva (2012), hacen referencia a un término que permite que tanto emisor como receptor desempeñen un papel activo dentro del proceso en el acto comunicativo:

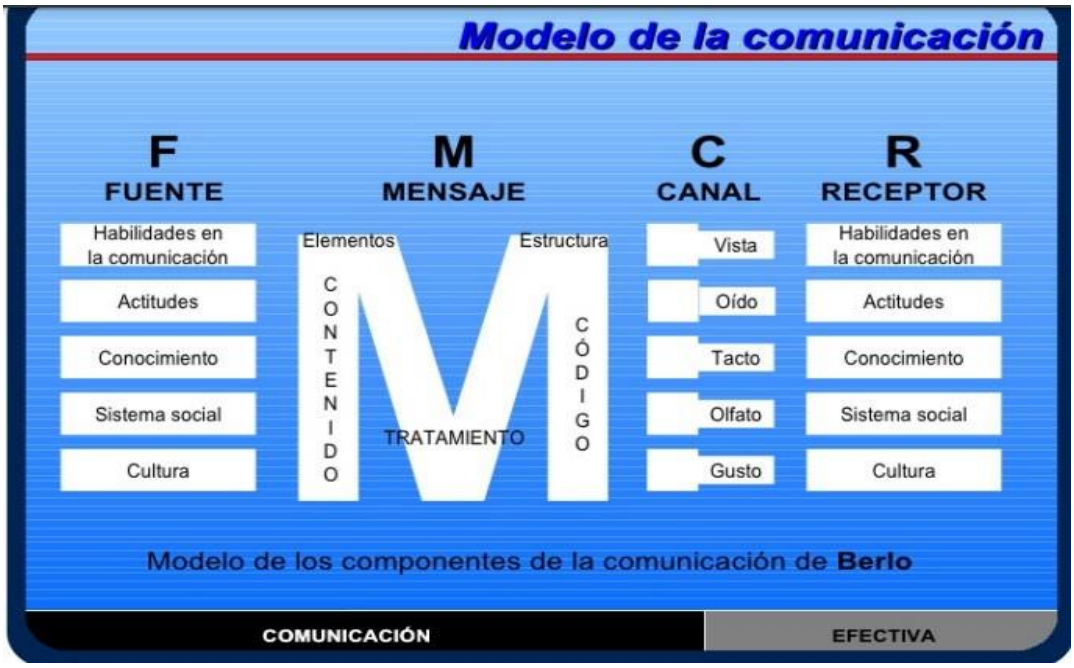
> El proceso de comunicar desde el método *feed-feed*, nos permite entablar una conversación en donde ambas partes tienen participación y la comunicación de ciertas ideas, pensamientos, emociones, no es exclusiva del emisor, sino que el receptor se convierte en un agente activo que es capaz, no solo de interactuar con el mensaje que emite el emisor, sino que es igualmente capaz de generar sus propias ideas y compartirlas (p. 53)

Es así entonces, que el feed-feed, vuelve al acto comunicativo más significativo, ya que está diseñado específicamente para atender las necesidades de ambos actores, emisor y receptor.

David K. Berlo citado en UNAM (2018) desarrolla un modelo con el que plantea analizar las relaciones que surgen en los procesos de comunicación, toma en cuenta el aprendizaje y comportamiento:

Retomando a Berlo (en UNAM, 2018):

> El objetivo fundamental de la comunicación humana es modificar el entorno, el hombre se comunicaría, entonces, con la intención de influir y cambiar a los demás. Su enfoque es de tipo conductista y pretende establecer las bases del proceso ideal de la comunicación; es decir, cómo debería realizarse el proceso comunicativo para que sea realmente efectivo (p. 13).



Fuente: UNAM, (2018). *Diplomado de desarrollo de habilidades directivas*. (p. 13).

Cuando hablamos de relaciones familiares, es común que la denominada "*voz de la razón"* sea representada únicamente por los padres o madres de familia, dejando a un lado las necesidades comunicativas de la y el adolescente, quienes dirigen y expresan su sentir son, en muchos casos, los padres o madres, sin dar espacio a las necesidades comunicativas de los y las adolescentes.

Como lo expresa A2 de 15 años, dando respuesta a la pregunta: ¿Cuáles son los temas de los que sientes que no puedes hablar con ellos?, refiriéndonos a sus padres:

"Pues todos, siento que si hablamos de cualquier cosa solo es pelear porque ella siempre lo ve todo mal y quiere tener la razón en todo lo que dice, la verdad eso hace que no le quiera contar las cosas que me pasan, no siento que pueda yo contarle como me siento de verdad" (Ent. A.2, 13 de mayo 2024).

El modelo feed-feed, que propone Aparici y Silva (2012) en suposición, debería permitir entonces, que tanto A2 como su madre, ejerzan una comunicación en donde ambas se sientan escuchadas y comprendidas, dicho de esta manera, podría sonar quizá como una utopía de un mundo ideal en donde todo fluye de forma perfecta. No obstante, no es la idea que quisiéramos plasmar en este capítulo, sino más bien la idea de que, en realidad, como padres de familia, podemos escuchar, observar y esperar el momento para intervenir en las narrativas que el o la adolescente tenga por compartir, desde la tolerancia y conocimiento de lo que él o ella está experimentando, sin invalidar sus narrativas o emociones.

Para que sea positivo este proceso comunicativo, es indispensable que el diálogo sea respetuoso, mejor conocido como comunicación asertiva, misma que abordaremos a profundidad en los siguientes apartados, considerada como un estilo de dialogar de manera satisfactoria, respetándose a sí mismos y a los demás, ser directos, con un buen control emocional. Álvarez y Hernández (2021), lo explica de la siguiente manera:

> La comunicación asertiva se entiende como la manifestación clara y directa de lo que los individuos desean y no desean, cuando interactúan con otras personas. Por tanto, una comunicación asertiva permite expresar sentimientos, opiniones, intenciones, posturas, creencias y pensamientos, a través de conducta verbal y no verbal, en el momento y lugar oportuno, de forma pertinente y sin negar los derechos de los demás (p. 4).

A tal efecto, es indispensable tener en cuenta algunos elementos que estarán presentes al momento de comunicar algo, de acuerdo con Frías (2000) el acto comunicativo implica considerar que:

a) Se produzca una relación entre los actores comunicantes (al menos en el momento puntual de las transmisiones).

b) Se haga uso del mismo lenguaje.

c) El receptor decodifique el mensaje recibido según su propio sistema de pensamiento, que se haya inscrito en el sistema de normas y valores del medio en el que opera.

d) La respuesta estará en función de la comprensión y de los condicionantes individuales, organizacionales y sociales del receptor (p. 4).

La comunicación está presente en todo momento, debido a que cada situación vivida es portadora de mensajes desde el momento que la conciencia humana está para ver, escuchar y percibir. Al establecer una comunicación, la palabra es oída, contestada una y otra vez, las veces que sean necesarias, para que se comprenda aquello que se quiere expresar, sin embargo, las respuestas emitidas no siempre permiten entablar una conversación con el oyente. Por otro lado, es importante reconocer que no siempre está presente la palabra, lo cual se puede sustituir por elementos no verbales que complementan el acto comunicativo, incluyendo los gestos, mirada, mímica, la comunicación es un todo integrado de las experiencias, actitudes y reacciones de los sujetos.

3.2 Tipos de comunicación

El acto de comunicar en sí, contempla diversas formas de hacerlo y dirigirlo, se analizan desde dos vertientes muy generales: comunicación verbal y no verbal, y derivado de estas primeras dos vertientes, podemos comenzar a hablar de estilos de comunicación. Es importante conocer cada uno de ellos, principalmente cuando de comunicación familiar hablamos, puesto que entender y conocer los estilos de comunicación, puede llevarnos a reflexionar y analizar sobre qué implicaciones tiene y cómo repercute en la relación entre padres e hijos.

En relación con las dos principales vertientes antes mencionadas, podemos examinar lo siguiente:

Comunicación verbal: en este tipo de comunicación el lenguaje puede ser oral o escrito. Mondragón (2012) la describe como “una serie de matices adicionales tanto para la persona emisora como para la receptora, que pertenecen al mundo de sus experiencias, sentimientos, intereses, que si no son compartidos por ambas dificultan el mutuo entendimiento” (p. 1). La elección de palabras es lo primordial en este tipo de comunicación, ya que indica los sentimientos, pensamientos de un tema o de la persona, el lenguaje es formal y entendible, aunque también debe de ser flexible de acuerdo con la cultura, ideas, situaciones psicológicas e idiomas.

La comunicación verbal se facilita cuando se cumplen los siguientes aspectos (Mondragón, 2012):

- Se tiene en cuenta a la persona con quien se habla: su manera de ser, sus necesidades, su situación.
- Se le acoge y acepta como es.
- Se le mira.
- Se le habla con espontaneidad y confianza.
- Se asegura (la persona mediadora) de que es entendida.
- Se mantiene la calma.
- Se trata de meterse en “el pellejo de la persona”.
- Se le muestra simpatía y afecto.
- Se mantiene un trato de igualdad (p. 3).

De acuerdo con lo antes mencionado, analizaremos la relación que establece uno de los adolescentes entrevistados con su familia:

A3 es un joven de 15 años que ha sido criado dentro de una familia convencional de 4 integrantes, mamá, papá y hermano, basadas en la información recopilada durante la entrevista y el cuestionario, asumimos que ha crecido dentro de un hogar armonioso, con un matrimonio estable. A lo largo de la entrevista realizada con A3 se destacan aspectos importantes que, de acuerdo con Mondragón (2012), sirven como clave para facilitar el proceso de la comunicación verbal.

La mamá de A3 en todo momento durante la entrevista estuvo presente, sin embargo, nunca intervino en lo que él contaba y, por otra parte, él nunca mostró incomodidad al responder frente a ella, al contrario, respondía con confianza, en algunas ocasiones riendo y observando a su mamá por recordar alguna anécdota. Él refirió en su entrevista que tenía una buena comunicación con sus padres, con su mamá porque es quien está en casa la mayor parte del día y con su papá porque siente que es quien empatiza en mayor medida con lo que él atraviesa durante su adolescencia, al respecto comentó:

“Creo que hay situaciones que él entiende más porque ya las vivió cuando era adolescente” (Ent. A.3, 1 de mayo 2024).

Al ser varón, es probable que existan situaciones que difícilmente su mamá pueda explicarle o sacarlo de la duda, es por ello que, quizá, se incline más hacía el vínculo paternal, puesto que, hay cosas en las que su papá puede orientarle basado en experiencias propias que le servirían a él para entender lo que sucede con su cuerpo y su forma de pensar.

Por otra parte, su mamá comenta que ellos como padres han sido muy abiertos respecto a cualquier tema: “Trato siempre de entender y que ellos también me entiendan”, comenta la mamá de A3, dejándonos ver que existe reciprocidad en el vínculo y en las interacciones; al comunicarse entre ellos, lo hacen con soltura, espontaneidad y confianza. Si bien su mamá refiere igualmente que han tenido peleas, “Yo tengo dos adolescentes, entonces aquí es un campo de guerra”, éstas las han resuelto siempre comunicándose y pidiendo disculpas; puesto que en casa fomentan el aceptar errores y disculparse en caso de haber cometido una equivocación. PF3 (mamá de A3), nos comenta que ante crisis que no sabe manejar, siempre intenta mantener la calma y darles su espacio cuando las cosas se tornan tensas entre todos.

A3 refiere que el tema de la sexualidad es el que le genera incomodidad, sin embargo, es un tema que aun así han hablado, casi nunca se les prohíbe hacer cosas, pero sí se les orienta sobre los pros y los contras de cada situación en la que se encuentren, pero llegada cierta edad para A3, han dejado que experimente y tome sus propias decisiones, confían en él pues consideran que han llevado una crianza sana en donde todo lo resuelven comunicándose y él ha demostrado que es un adolescente en quien se puede confiar.

Acerca de esto, podemos afirmar, que, en el caso de A3, la comunicación que han llevado de manera familiar, ha tenido un impacto positivo en su desarrollo, se observa a alguien que denota seguridad y confianza en sí mismo, cualidades que ha adquirido mediante la enseñanza que le han brindado sus padres, aún a pesar de que comentó en su entrevista sentirse algunas veces solo o que le cuesta expresar sus sentimientos, no son factores

que afecten negativamente la relación con sus papás o con su hermano, estos elementos, son propios del desarrollo del adolescente, pero lo más importante es que él sabe que aun expresando su sentir, no será juzgado ni señalado por sus padres.

Comunicación no verbal: como su nombre lo dice**,** es aquella que no utiliza elementos lingüísticos. “La comunicación no verbal tiene sus riesgos y hay que tener en cuenta algunos principios como por ejemplo que los gestos no son universales: Los mismos gestos pueden tener diferentes significados según las culturas, los países e incluso las personas” (Mondragón, 2012, p. 3).

La comunicación no verbal se ve reflejada en: gestos, mímica, posturas, distancias, silencios, miradas, todos de voz, muecas. Las expresiones faciales o el comportamiento de la persona ante una situación incómoda son indicadores para conocer o describir a la persona.

Elementos que conforman la comunicación no verbal

Paralingüística	Kinesia	Proxémica
Estudia lo que se expresa con la voz: Tono, ritmo, volumen, etc.	Estudia lo que se expresa a través de los movimientos corporales: Gestos, expresión facial, mirada, sonrisa, postura corporal	Estudia la forma en que se estructura el espacio personal: Proximidad física, contacto personal

Fuente: Elaboración propia a partir de Fernández (2011). *La comunicación no verbal en el aula.* (p. 121-125).

Esta tabla logra ampliar nuestro panorama de lo que es la comunicación no verbal; la kinesia y proxémica, logran capturar los elementos asociados al comportamiento de los individuos, mientras que la paralingüística aborda elementos sobre el lenguaje verbal, si bien esto podría generar confusión sobre si es un acto verbal o no verbal, Domínguez (2009) nos explica que:

> El Paralenguaje es una disciplina que estudia desde el punto de vista fónico, las cualidades de la voz y sus posibles modificaciones. Además, también analiza los

> diferenciadores emocionales, las pausas y los silencios. En este sentido, podríamos decir que todo el peso recae en no aquello que digamos, sino la forma que utilizaremos para expresar lo que queremos decir (p. 23)

Cuando transmitimos un mensaje, podemos afirmar que la comunicación no verbal genera un impacto mayor que la comunicación verbal, puesto que la no verbal nos permite observar de manera inmediata, las actitudes y emociones que el sujeto manifiesta mientras comunica algo. Al analizar el mensaje como un todo integrado de ambos tipos de comunicación, podemos comprenderlo a profundidad, y establecer una conexión mayor entre aquellos que estén participando en el acto comunicativo debido a que la comunicación no verbal complementará lo que verbalmente se esté diciendo, favoreciendo o contradiciendo el mensaje.

A lo largo de las entrevistas realizadas, pudimos observar variedad de comportamientos que nos permitían encontrar estos elementos no verbales en las actitudes de los adolescentes, los tonos de voz, la postura y los gestos fueron clave para analizar cómo el adolescente procesaba y respondía a las preguntas; al hablar con ellos temas sobre la escuela, algunos nos respondían con desinterés, que se reflejaba principalmente en su tono de voz y su expresión fácil, por el contrario, al cuestionarlos sobre su círculo de amigos, en muchos casos, su reacción venía acompañada de una sonrisa y de una expresión más relajada y segura, lo cual nos permite afirmar que es un tema que les genera comodidad por el fuerte vínculo socioafectivo que existe con sus amistades.

Un ejemplo de ello es una de las adolescentes entrevistadas, que dando respuesta a la pregunta ¿Cómo es tu relación con tus amistades?, comenta lo siguiente: “Buenérrima, nos sentamos a platicar, comer papitas, echar chisme de lo que pasa en la escuela” (Ent. A2, 13 de mayo 2024). Nos responde a esta pregunta con una sonrisa en la cara y una fluidez al hablar clara y concreta, segura de lo que está respondiendo; en contraste, con preguntas previas en donde nos contaba acerca de la relación con su familia y respondía con una fluidez verbal bastante lenta.

Fernández (2011) argumenta que: “el ritmo […] hace referencia a la fluidez verbal con la que nos expresamos. Un ritmo excesivamente lento denota desinterés, distracción o

frialdad. De forma opuesta, expresarnos con un ritmo vivo o animado facilita la conversación y el contacto entre los interlocutores" (p. 124).

Para lograr una comunicación efectiva, verbal o no verbal, es importante considerar a la *asertividad* como parte fundamental del acto comunicativo, para evitar recaer en malentendidos y, en su lugar, promover el entendimiento mutuo que muchas veces es lo que falta para una comunicación óptima. Un ejemplo de ello, es lo que nos comenta una de las adolescentes entrevistadas: "la convivencia es un poco difícil porque en ocasiones no nos entendemos y nos terminamos excluyendo" (Ent. A5, 15 de mayo 2024).

La comunicación entre adolescentes puede ser más compleja de lo que imaginamos y, en ocasiones, puede que no se expresen adecuadamente y la comunicación no verbal sea la que esté más presente por medio de gestos, posturas, miradas o incluso, silencios. Es por ello que encontramos importante que características tales como la asertividad y autoestima, estén presentes en el acto verbal e igualmente, se reflejen de manera no verbal.

Haciendo referencia a lo anterior, Mondragón (2012) menciona que:

> La asertividad es una característica de la personalidad promotora de autoestima, y contribuye al desarrollo de relaciones interpersonales facilitadoras de crecimiento personal y satisfacción emocional en la persona. La asertividad implica la capacidad de expresar de manera libre y espontánea, sin temores infundados ni ansiedades innecesarias, nuestros pensamientos y sentimientos y actuar de manera consecuente con estos, pero con el debido respeto por los sentimientos y pensamientos de las demás personas (p. 12).

Tomando en cuenta esto, para lograr una buena comunicación tanto verbal y no verbal; los sujetos deben ser personas integradas y estables, con autoestima, seguridad y confianza en sí misma, con capacidad óptima de comunicación, con escucha activa, empática y asertiva.

3.3 Estilos de comunicación

Por otra parte, de la mano de estos tipos de comunicación, se derivan estilos de comunicación, que repercuten en la forma en que las personas se relacionan entre sí y

en los vínculos socioafectivos que tienen con terceras personas. Los estilos del acto comunicativo (asertivo, inhibido, agresivo, pasivo-agresivo, empático), son encargados de la regulación de la transmisión del mensaje y de las relaciones interpersonales entre los sujetos

Estilo inhibido

El estilo inhibido o pasivo, como su nombre lo dice, es utilizado por una persona que se comunica sin asertividad y que denota en sí misma a una persona insegura y retraída, casi incapaz de compartir con su alrededor sus opiniones, ideas, sentimientos y/o emociones. Rubio (2017), lo específica de la siguiente manera:

> El estilo de comunicación pasivo es propio de personas que intentan satisfacer los deseos de los demás, muestran dificultad para enfrentarse a otras personas y permiten que los demás hagan lo que desean. Las personas que emplean este estilo de comunicación terminan anteponiendo las opiniones y aspiraciones de los demás a las suyas propias, lo que les genera sentimientos negativos tales como tristeza, depresión, culpabilidad y falta de autoestima (p. 99).

Características: estilo inhibido/pasivo

Expresión no verbal	Expresión paraverbal	Expresión verbal
La mirada se encuentra baja Evita contacto ocular directo Expresión facial seria o sonrisa tímida Poca gesticulación en manos y cuerpo Excesiva distancia con la otra persona	Entonación monótona Tono de voz bajo Excesiva rapidez o lentitud al habla Responde de forma monosilábica	Se muestran con poco control de la conversación Dificultad para finalizar sus intervenciones Poco interés en la retroalimentación Baja empatía Utiliza pocas palabras para expresar ideas/pensamientos

Fuente: Elaboración propia a partir de Rubio, L. (2017). *Habilidades de comunicación eficaz en relaciones interpersonales,* (p. 99).

Como un ejemplo de este estilo tenemos a A1 15 años:

A1 durante sus primeros años de secundaria comenzó a sufrir hostigamiento por parte de sus compañeros por tener una estatura menor que la promedio en hombres, lo cual, de acuerdo a lo que nos comentó en ese momento su familia, lo volvió solitario y tímido; tiene una familia, que socialmente se podría considerar poco convencional puesto que vive con sus abuelos mientras sus padres residen en otro domicilio, a lo largo de la entrevista observamos algunos aspectos propios de este estilo de comunicación.

La entrevista con él se desenvolvió de manera concisa, utilizaba las palabras justas para responder y en muy pocas preguntas extendía su respuesta. A un lado de él se encontraba su abuela y en el otro extremo de la estancia, su abuelo. La abuela de él respondía primero antes que él mismo, en su semblante se podía percibir la duda para contestar, pero finalmente, lo que decía la abuela era lo que él repetía, A2 comenta que lleva una buena relación con ellos, “Bien, sólo no me gusta que me digan qué hacer”, logró comentar (Ent, A1, 3 de mayo 2024).

La mayoría de sus respuestas incluían una sonrisa incómoda, un tono de voz bajo, que como se ha abordado anteriormente, puede indicar desinterés o distracción, un movimiento constante en la pierna que se asocia con nerviosismo, muletillas al hablar y tartamudeo.

Por otro lado, la abuela refiere que A1 es un adolescente que no le da tantos problemas porque es muy *obediente* en todo lo que ella le pide, aclara que la casa es de ella y, por tanto, todos deben hacer lo que ella pida tal y como ella lo requiera.

Inicialmente, se contempló no integrar esta entrevista a la investigación, ya que consideramos que múltiples preguntas eran respondidas por la abuela y aquellas que nos lograba responder A1 tenían una intervención constante por ella; sin embargo, una vez analizada la situación, concluimos que esta entrevista nos permitía ejemplificar el estilo de comunicación pasivo, en este caso la inhibición proviene del adolescente. No observamos específicamente una mala o agresiva relación, sin embargo, sí una en donde él pareciera no poder compartir lo que piensa o siente, “Casi no hablo con ellos (sus abuelos) de qué es lo que me pasa por la cabeza” (Ent, A1, 3 de mayo 2024).

Acerca de esto, pudimos darnos cuenta que esta pasividad proviene de una persona insegura no sólo por el estilo de comunicación que maneja con su abuela, sino también por el buylling que sufrió en la secundaria, lo que pudo haber afectado su desarrollo social y emocional durante sus primeros años de preadolescencia.

“Este estilo de comunicación puede generar sentimientos de insatisfacción con las relaciones sociales y conducir al aislamiento de la persona pasiva” (Rubio, 2017, p. 99).

Estilo agresivo

Una persona que desenvuelve sus relaciones y vínculos por medio de la agresividad, no permite que la otra persona exprese sus necesidades y pensamientos, manifiesta sus ideas, pensamientos y necesidades como primordiales, no obstante, nada de esto emerge desde el respeto. “Este estilo normalmente va emparejado con una falta de respeto hacia las opiniones y derechos de los demás o con la necesidad de lograr los objetivos propios […] incluso en situaciones en las que las opiniones y derechos del interlocutor agresivo no están siendo cuestionadas o son aceptadas” (Rubio, 2017, p. 100).

Características: estilo agresivo

Expresión no verbal	Expresión paraverbal	Expresión verbal
Expresión facial enfadada o tensa La mirada fija, directa y desafiante Realiza un uso excesivo de gestos con las manos que resultan amenazantes Invasión del espacio del receptor corporalmente o con las manos Conducta impositiva	El tono de voz empleado es elevado Utiliza un ritmo para conversación alto Velocidad al hablar más rápido lo que se considera normal	Interrupciones frecuentes Baja empatía Excesiva honestidad Uso de imperativos (tienes que…, deberías…) Palabras malsonantes Demuestra interés por defender únicamente sus ideas, derechos y opiniones Amenaza

Fuente: Elaboración propia a partir de Rubio, L. (2017). *Habilidades de comunicación eficaz en relaciones interpersonales*, (p. 99-100).

Las relaciones que se desenvuelven bajo un estilo de comunicación agresivo, tienden a quebrantarse con frecuencia y con facilidad, así mismo, crean un ambiente hostil en donde todos los integrantes se sienten constantemente inseguros y en desconfianza, quien hace uso recurrente de este estilo de comunicación no sólo afecta a quienes lo rodean, sino que, de igual manera, se afecta a sí mismo con estas conductas comunicacionales. Imposibilita que alcance un desarrollo intelectual suficiente y se pueda desempeñar en la vida, su actitud le impide crear habilidades para la resolución de conflictos, a su vez, “no son capaces de sentir afecto ni amistad por nada ni nadie” (Isorna, 2008, p. 39), y repercute negativamente en los vínculos socioafectivos que posee.

Es importante mencionar que el siguiente caso, no precisa ser de una persona agresiva o que se comunique agresivamente, sin embargo, la relación de este joven con sus padres presenta características del estilo agresivo que nos gustaría presentar con el fin de ejemplificar algunos elementos propios de este estilo.

AJ3, 25 años

AJ3 es un estudiante que se encuentra en el último año de la carrera, lleva una rutina demandante por la universidad y por la presión de sus papás para terminar sus estudios. Su núcleo familiar está compuesto por mamá, papá y hermano, él no es una persona agresiva, sin embargo, por lo que nos comenta, sí creció en un hogar hostil en donde la agresividad se presentaba de forma verbal y en algunas ocasiones física.

> A mi yo adolescente le hubiera gustado que fueran menos agresivos hablando de que traían la vieja escuela de gritarme o castigarme con golpes, en ese entonces se me hacía algo muy normal pero ahora viéndolo desde un punto de vista de adulto me parece algo muy “salvaje” y fuera de lugar (Cuest. AJ3, 8 de febrero 2024).

Él nos refiere que haber atravesado por ese tipo de situaciones con sus papás durante su adolescencia, lo volvió inseguro, tímido y bastante retraído, afectando sus relaciones personales, no obstante, creció, y con el acompañamiento emocional de sus amigos más cercanos, se ha convertido en una persona perseverante y resiliente.

Sobre esto, podemos rescatar que la comunicación que llevaban no era favorable para un adolescente en desarrollo, esto impactó directamente en su seguridad consigo mismo y con las demás personas. Al respecto de la comunicación de estilo agresivo, destacamos que sus padres se dirigían hacia él mediante regaños, insultos y gritos. “Había muchas cosas que no estábamos de acuerdo y que siempre terminaban en discusiones y estando enojados varios días, con una mirada bastaba para saber que me iban a regañar, insultar o gritonear” (Cuest. AJ3, 8 de febrero 2024). En un estilo agresivo la mirada es un elemento clave para intimidar al otro o simplemente para hacerle saber que *se encuentra en problemas*, él, ya era capaz de asociar una mirada a un regaño.

Aunque no abordamos esta categoría a lo largo de este documento, reconocemos que la resiliencia “permite a ciertos individuos desarrollarse con normalidad […] a pesar de haber experimentado situaciones conflictivas” (Luthar y Cicchetti, 2000; Werner, 1984 citados en Uriarte, 2005, p. 61).

Durante su adolescencia esto impactó negativamente, ¿Y qué pasa durante la adultez?

> Siento que hubo un impacto negativo en mi adolescencia, recuerdo esos momentos donde no tenía su apoyo emocional y me pone triste pero ya desarrollándome más en la vida de adulto creo que voy por buen camino y eso me ha hecho que esté tomando buenas decisiones para tener un buen futuro (Cuest. AJ3, 8 de febrero 2024).

AJ3 refiere que esto no fue un camino fácil, al contrario, le costó trabajo soltar las ideas que sus padres le hicieron creer de él mismo, con ayuda psicológica, principalmente.

Considera que hoy por hoy no es capaz de confiar mucho en las personas y cuando se frustra o se estresa, inevitablemente piensa en aquellos malos ratos que vivió con sus padres y los comentarios despectivos que ellos realizaban sobre él o sobre sus capacidades para lograr las cosas, comenta que a raíz de muchas situaciones vividas en su adolescencia sufre de ataques de ansiedad desde poco después de salir de secundaria.

“Los trastornos de ansiedad son los problemas de salud mental más comunes que se presentan en los niños y los adolescentes” (López y Gáfaro 2021, p. 225).

Cabe mencionar, que no en todos los casos de un estilo de comunicación agresivo, tienen como consecuencia el desarrollo de resiliencia en una persona, porque puede suceder lo contrario, es decir, que ahora sea ella quien aplique ese estilo de comunicación hacia otros, o que incluso se genere un deterioro mayor en la autoestima (Rubio, 2017). La resiliencia no es siempre la respuesta inmediata a este estilo de comunicación, puesto que dependerá también, del entorno y de las herramientas que implemente cada persona para mitigar los resultados negativos que generan este estilo de comunicación, que pueden ser: ansiedad, estrés, aislamiento, resentimiento, entre muchos otros.

Estilo asertivo

El estilo asertivo, por otra parte, es un opuesto de los estilos anteriormente mencionados, la asertividad en la comunicación permite sensibilizarnos con lo que el otro comunica, se dirige desde el respeto de las ideas del otro y el respeto de las propias ideas; atendiendo las necesidades de quienes participen en este proceso, favoreciendo las relaciones interpersonales del sujeto y promoviendo relaciones sanas. “Las personas que emplean una comunicación asertiva son capaces de adaptar su discurso al contexto y emplean habilidades sociales que les permiten una mayor eficacia en la comunicación” (Rubio, 2017, p. 101).

Características: estilo asertivo

Expresión no verbal	Expresión paraverbal	Expresión verbal
Expresión facial relajada y amistosa Utiliza sonrisas frecuentes Respeta el espacio de la otra persona Gestos abundantes	Tono de voz adecuado Utiliza diferentes ritmos y entonaciones Fluidez al hablar	Se interesa en cuestionar para conocer la opinión del otro Empatía Su comunicación es un feed-feed Expresa sus ideas respetando las del otro

Fuente: Elaboración propia a partir de Rubio, L. (2017). *Habilidades de comunicación eficaz en relaciones interpersonales,* (p. 100).

Podemos decir entonces que el estilo de comunicación asertivo puede llegar a promover en las relaciones (Rubio, 2017):

- Entendimiento mutuo
- Confianza entre emisor y receptor
- Claridad del mensaje
- Capacidad de resolución de conflictos
- Reciprocidad y empatía entre ambas partes, etc.

Como ejemplo de este estilo de comunicación, tenemos a AJ1 de 25 años.

AJ1 es recién egresada de la universidad, es una persona que transmite seguridad, autoestima y confianza al hablar y expresarse, no teme decir algo incorrecto puesto que sabe que de los errores se aprende, ha crecido en un hogar armonioso, llevando una relación sana y amorosa con su madre; vive únicamente con ella pues su padre no ha estado presente. Ha experimentado la ausencia de una figura paterna, sin embargo, su madre ha sido la que la ha dirigido por un camino en donde ella se sienta segura de sí misma, aunado a ello, han logrado implementar una comunicación asertiva y han fortalecido el vínculo de madre e hija.

Ella refiere que la ausencia de la figura paterna durante su adultez no implicó un problema, sin embargo, durante su adolescencia sí llegó a cuestionarse en reiteradas ocasiones la ausencia de su papá. Su mamá, por otra parte, ha jugado un papel crucial en su vida, pues ha sido una madre que, independientemente de la ausencia del padre, ha sabido manejar de la mejor manera los conflictos entre ambas, desde la infancia hasta ahora la adultez. AJ1 comenta “Nuestra relación es la que es porque desde la niñez y, sobre todo, en la adultez fuimos construyendo una relación basada en la confianza y comunicación” (Cuest. AJ 1, 20 de enero 2024).

La confianza y principalmente la seguridad que se le brinda al adolescente permiten que este construya su vida y sus relaciones futuras de manera asertiva, guiándose por cómo a él le han enseñado, por tanto, el impacto de cualquier estilo de comunicación en esta etapa, influye para toda la vida y para todas las áreas de la misma.

La comunicación asertiva no es algo que se logre de un día para otro, es una construcción constante y una deconstrucción de uno mismo, cuestionarnos sobre nuestras actitudes y nuestras formas de comunicarnos con los otros, es una construcción recíproca entre quienes participen en el acto comunicativo; pues tanto emisor como receptor deben sumergirse en el mismo canal para entablar relaciones basadas en el respeto, comprensión y empatía, en donde se respeten las opiniones, ideas, sentimientos y emociones de uno mismo y de los otros.

3.4 La comunicación entre adolescentes

La comunicación es entendida como un conjunto de acciones que permiten establecer una relación con los otros y, a su vez, lograr transmitir algo a alguien, se trata de un acto para establecer, crear vínculos y transmitir información. Sin embargo, durante la adolescencia, a veces es difícil construir una buena relación comunicativa entre padres e hijos, esto debido a que el adolescente ve a sus padres como una figura de autoridad que limita sus acciones.

Independientemente de tal afirmación, se considera que una de las claves para el buen desarrollo del adolescente consiste en la comunicación padres-adolescentes, Del Barrio y Salcines (2012), haciendo una recopilación de diversos análisis expuestos por otros autores, concluyen que “aquellos jóvenes que establecen una comunicación de calidad con sus progenitores afrontan mejor las conductas de riesgo” (p. 394). La comunicación significa confianza y va a depender de los contextos sociales y familiares, aunque, como se menciona, es en este periodo de vida, que las relaciones entre padres e hijos se ven afectadas por la llegada de los cambios puberales y los nuevos vínculos de amistad que construye el y la adolescente.

La comunicación entre adolescentes se vuelve un requerimiento importante para su desarrollo integral porque tienden a buscar aprobación de sus acciones en otros adolescentes, pues al ser un grupo de individuos que en apariencia atraviesan los mismos cambios, emerge una mayor apertura y confianza entre ellos mismos para preguntar o relatar sus propias experiencias; para ellos, su círculo de amigos es un lugar “seguro” y libre de prejuicios.

Al respecto, López y Gáfaro (2021), comentan lo siguiente:

> Los amigos son el primer contacto del adolescente con un grupo social aparte de la familia y el colegio, con los que aprenden las reglas de convivencia que exige una comunidad. En el proceso de escogencia de sus pares, los adolescentes se van dando cuenta de las diferencias sociales y personales que delimitan el trato entre las personas [...] con los amigos, los jóvenes aprenden a ser leales, a cooperar, a defender causas comunes, a solidarizarse, a usar sus propios recursos y a tomar decisiones (pp. 160-161).

De acuerdo con las entrevistas realizadas, la gran mayoría de los y las adolescentes, ante las preguntas: ¿Quiénes son tus personas de mayor confianza? ¿Por qué las consideras de confianza?, responden que sus amigos son sus personas de mayor confianza o algún familiar que no represente el papel de autoridad.

Durante la adolescencia, el sentido de pertenencia y la búsqueda de la identidad, ocasionan que el y la adolescente le den mayor importancia a las amistades o a pertenecer a un grupo donde se sientan comprendidos, porque buscan en ellos sentirse en confianza, sin embargo, algunos otros, afirman que su persona de confianza es algún familiar que los entienda sin juzgarlos.

Bajo la perspectiva de los y las adolescentes, los padres o madres de familia representan el papel no sólo de autoridad, sino también de personas que juzgan sus acciones, pensamientos y/o sentimientos, podemos observar, que la mayoría de las y los adolescentes se sienten menos juzgados y más seguros con personas externas a su círculo familiar.

“Mis amigos, siento que ellos me entienden más que en mi casa” (Ent. A1, 3 de mayo 2024).

Como podemos observar, la comunicación entre adolescentes es necesaria para que ellos tengan un espacio en donde se sientan escuchados y entendidos. A4 responde a la pregunta ¿Por qué hay mayor confianza entre amigos que entre padres e hijos? “Considero que es porque con los amigos no te importa tanto el cómo actúas y con tus padres llevas otra conducta” (Ent. A4, 15 de mayo 2024).

A5 nos dice que “es porque tienen la misma mentalidad y mis amistades han experimentado las mismas sensaciones en lo emocional; además no quieren tener la razón de todo, al contrario, escuchan y entienden” (Ent. A5, 15 de mayo 2024).

Gallego y Vidal (2018) hacen una referencia a lo que es la importancia de las amistad en la adolescencia:

> Los amigos influyen radicalmente en la persona y además se debe añadir que el factor de la edad en la amistad es un componente importante para tener en cuenta. Cuando van pasando los años, los amigos que son de un mismo grupo con intereses y aficiones en común cambian, y hay una tendencia a empezar a buscar amigos más íntimos, personas en las que uno pueda confiar y a quien pueda contar sus problemas. El grupo sigue siendo importante, pero el joven empieza a distinguir entre compañeros y amigos. La amistad le sirve como una posibilidad de desahogar sus sentimientos (p. 15).

En este proceso de comunicación entre adolescentes, la comunicación no verbal juega un papel clave, pues es muy común que entre ellos mismos generen códigos, manejen tonos de voz, gestos y lenguaje corporal que expresan y entienden entre ellos; de la mano de la comunicación no verbal tenemos a las redes sociales.

Actualmente es muy común que entre adolescentes se comuniquen mediante mensajes, emojis o *stickers* que expresan su sentir. Los adolescentes, de acuerdo con Morduchowicz (2014), dedican tiempo en redes sociales más de lo que lo hacen de forma presencial con sus amigos, sin embargo, incluso haciendo uso de las redes sociales, logran formar vínculos de amistad y obtener la satisfacción de pertenencia con un *like* o una interacción con lo que ellos comparten por estos medios, como son *Facebook, Instagram, tiktok*, etc.

Esta comunicación mediática puede resultar provechosa para muchos, aunque también tiene sus pros y contras a considerar, es decir, los riesgos y retos de los que hablamos en el capítulo anterior podemos encontrarlos igualmente reflejados en las redes sociales, ya que el consumo que generan diariamente los puede acercar mucho más a sufrir de otro tipo de riesgo como: problemas en la alimentación, dependencia de un dispositivo electrónico, ansiedad, etc.

Para los padres de familia se vuelve todo un reto entender nuevas formas de comunicarse que el y la adolescente tienen y, a su vez, aceptar que ya no buscan más su aprobación, que se encuentran parcialmente aislados de ellos y que, en apariencia, ya no los necesitan para cuestiones emocionales, esta situación puede impactar significativamente en la familia.

Debido a lo anterior, es que, en ocasiones, los padres de familia, retienen a los hijos, al sentir que pierden este control sobre ellos y sobre quienes los rodean, López y Gáfaro (2021) plantean pautas para que padres y madres de familia tengan un mejor manejo respecto a las amistades y a la nueva etapa que sus hijos o hijas están experimentando:

- Reconozca la importancia del proceso de socialización que necesitan vivir los adolescentes con sus amigos: los amigos si son importantes y pasar tiempos con ellos también
- Los padres no tienen que desempeñar el papel de amigos de sus hijos. La relación padre-hijo no es una relación de igualdad
- Confíe en sus hijos, crea en la educación que les dio. Los principios y valores inculcados en la familia actúan siempre como un referente importante
- Actualícese en el funcionamiento de las redes sociales, no solo para criticarlas, sino para orientar al joven en su uso correcto.
- Conozca a los amigos de sus hijos y, si es posible, a los padres de ellos. Hable con sus hijos sobre sus amigos, sin prejuicios, […] los padres actúan basados en prejuicios, sin tener presente que los criterios que han usado sus hijos para elegir a sus amigos son diferentes a los suyos (p. 162).

Haciendo referencia al primer punto de estas pautas, presentamos el caso de AJ2, quien expresa lo siguiente al respondernos la pregunta: ¿Cuáles fueron las áreas de vida que durante tu adolescencia más cambios tuvieron?

> El área social, durante la adolescencia y por las ideas tan arraigadas de mi familia, me vi impedida para poder convivir con mis compañeros, ya que no podía ir a los convivios que se organizaban en mis grupos, ni a los cumpleaños a los que me invitaban, no podía participar en nada que no fuera del agrado de mis padres, por lo tanto, llevé toda mi adolescencia sin amistades, mis compañeros me señalaban y muchas veces se burlaban de mí (Cuest. AJ2, 16 de febrero, 2024).

Si bien comenta, que eso le ayudó a ser más selectiva con la gente que le rodea, sí considera que no es muy sociable, le cuesta entablar el diálogo y es una persona introvertida, en su vida adulta, afirma que esas características de ella, le han generado problemas en el área laboral.

La comunicación entre adolescentes, permite que se desarrollen habilidades socioemocionales, estas habilidades le facilitarán el enfrentarse a desafíos e interactuar para generar sus propias experiencias, mismas que le ayudarán a construir su identidad, tal como se mencionó en el capítulo anterior, aunado a ello, el impacto en su vida adulta es inminente, principalmente para el establecimiento de relaciones saludables, la resolución de conflictos, el área laboral y personal. Es entonces esencial, que padres y madres de familia comprendan el impacto que las relaciones interpersonales del adolescente tienen, no solo durante este periodo, sino, probablemente, para toda su vida.

CAPÍTULO IV: EL IMPACTO DE LA FAMILIA DURANTE LA ADOLESCENCIA

Este capítulo tiene como principal propósito analizar elementos sobre la importancia y el impacto de la familia a lo largo del periodo de la adolescencia, la conceptualización del término *familia*, los roles en la familia, la tipología familiar y, principalmente, explorar cómo funciona la comunicación entre esta institución y el y la adolescente. Aunado a esto, abordamos otras alternativas en las que la familia junto con instituciones educativas, pueden fungir como factores de protección ante los riesgos o comportamientos adversos que puedan impactar en el desarrollo integral de la o el adolescente.

La familia, es el primer sistema al que nos insertamos cuando nacemos y ha sido, desde tiempos remotos, el núcleo principal en donde cualquier individuo se desenvuelve y logra adquirir sus primeros valores, habilidades y creencias que le ayudarán, posteriormente, a desenvolverse en la sociedad.

“El papel y las funciones de esta institución están relacionados con diversas acciones; educar, socializar, inculcar valores, procurar el bienestar y el desarrollo físico y mental de los hijos, formar adultos sanos, entre otras; es decir, formar para la vida” (Guzmán, 2017, p. 6).

4.1 Acerca de la familia: Concepto

Si bien es cierto que las familias han ido evolucionando y consolidándose de acuerdo con las estructuras históricas, culturales y sociales que se encuentran vigentes dentro de la sociedad, esto no significa que su papel como guía y soporte de los hijos cambie, al contrario, su tarea será siempre adaptarse y adaptar su dinámica para seguir construyendo en los individuos un sentido de responsabilidad para la vida.

Cuando hablamos de familia, es probable que todos tengamos una concepción diferente de lo que ésta significa, para muchos la familia puede significar problemas y desapego emocional, para otros puede significar amor y fuertes vínculos afectivos; estas interpretaciones derivarán de lo que suceda dentro del núcleo familiar, pero principalmente de cómo los padres de familia manejan las interacciones familiares, puesto que ellos, son el pilar fundamental dentro de esta institución.

Conceptualizar el termino *familia*, se ha convertido en todo un reto. Consideramos que no hay un concepto hegemónico para poder darle un significado a esta categoría, esto debido a que, a lo largo de la última década la sociedad ha sufrido cambios significativos en muchos ámbitos, lo cual ha proporcionado una alteración a todo lo que antes se conocía, un ejemplo claro es la familia. De acuerdo con nuestra percepción clásica, la familia tenía un cierto tipo de estructura, con roles establecidos, es decir, mamá, papá e indiscutiblemente hijos o hijas; la mamá era encargada el hogar, el papá de proveer las necesidades básicas de cada uno de los integrantes de la familia, a los hijos, en algunos casos, les tocaba trabajar y, en otros, su responsabilidad recaía en asistir a la escuela. En esta actualidad, existen familias de diferentes tipos y conformadas por diversos integrantes, ya sea que estos compartan, o no, lazos consanguíneos o que vivan o no en el mismo hogar.

En palabras de Guzmán (2017):

> Las familias que conocemos actualmente son distintas a las que existían hace unos años, pues con el paso del tiempo se ha modificado su organización, número de integrantes, costumbres e incluso sus funciones. Ello se debe a diversos factores y circunstancias como: la planificación familiar, los cambios en los valores y las preferencias sexuales, la incursión de la mujer en el campo laboral, las transformaciones económicas, el aumento de la población y de la esperanza de vida, los avances de la medicina, entre otros (p. 4).

No obstante, es fundamental conocer algunas de las concepciones de las que se tiene registro, algunas de ellas comparten la idea de la familia como institución indispensable para las sociedades y el estado, algunas otras consideran la unión de individuos que se rigen bajo los mismos intereses, otras identifican el término con las relaciones que por naturaleza están destinadas a construirse.

Sobre esta afirmación, alguno de los padres de familia (PF2) nos responde lo siguiente ante la pregunta ¿Qué significa la familia para usted?

> Mi familia es muy chiquita, solo somos mis hijos y yo, pero yo creo que la familia es unión, al final, aunque sólo seamos 3 en esta familia, mis hijos saben que cuentan con el apoyo de mis hermanos y mis papás, que vendría siendo mi otra familia, parece como un grupo

> de muchas familias que se unen, entonces yo diría que sí que la familia es unión (Cuest, PF1, 13 de mayo 2024).

Esta concepción de familia que nos proporciona PF2, nos habla acerca de la unión familiar vista más allá de los lazos consanguíneos directos, habla de una red de apoyo de familiares que no habitan precisamente en el mismo hogar, esto refuerza la idea acerca de que los vínculos familiares no sólo se perciben con los parientes directos, sino que se extiende, en este caso, a los padres y hermanos, y que, aunado a ello, el compromiso y afecto forman parte de su conceptualización de familia.

Fromm et al. (1970 citado en Vicente de Castro y Caballinas, 2012), menciona lo siguiente:

> La familia es la más antigua de las instituciones sociales humanas, una institución que sobrevivirá, en una forma u otra, mientras exista nuestra especie. Sin embargo, siguen siendo oscuros tanto los orígenes de la familia como las etapas que ha atravesado en el curso de su desarrollo hasta llegar a la actual multiplicidad de formas (p. 32).

Fromm (1970), resalta un punto clave: la perdurabilidad de la familia a lo largo de los años y la mutabilidad que esta misma tiene para lograr transformarse, evolucionar y reconstruirse sin dejar de existir, dejando claro la valía que ejerce sobre los individuos como base para promover la cohesión social y el sentido de pertenencia dentro de las sociedades.

Continua Fromm (1970) que: “La gran variedad de las instituciones familiares encontradas entre los actuales pueblos “primitivos” demuestra que las posibilidades son muchas, pero nos dan muy pocas claves para fijar con exactitud, el proceso de su desarrollo” (p. 32).

Décadas atrás, podríamos hablar de clanes, tribus, pueblos, hermandades, etc., como grupos sociales que podrían decirse que conformaban lo que ahora entendemos por familia, sin embargo, no hay documento en el que se enuncie propiamente cómo fue la construcción de la institución familiar, lo que sí sabemos, es que todos tenemos una noción de lo que es la familia. Vicente de Castro y Caballinas Diestro (2012) refieren que

> “ la familia no está sujeta a ninguna ley histórica evolutiva, es decir, no camina linealmente de un polo a otro, al contrario, se modifica [...] según la sociedad que la rodea [...] en las sociedades primitivas, antiguas y tradicionales se pueden encontrar tanto modelos familiares más simples, como modelos familiares más complejos que los que encontramos en la sociedad presente” (p. 32).

Como hemos podido analizar, resulta complejo dar con la línea histórica y/o antropológica que nos permita conocer sobre sus orígenes o sobre el proceso evolutivo que ha hecho que en la actualidad se le reconozca como familia, independientemente de ello, autores como Tuirán y Salles (1997), en sus investigaciones, han proyectado una visión de la familia más apegada a la idea actual sobre este término, “Las familias y, por lo tanto, los hogares que las albergan constituyen ámbitos de relaciones sociales de naturaleza intima, donde conviven e interactúan personas emparentadas de géneros y generaciones distintas” (p. 50).

Las familias siempre (hasta donde se tiene conocimiento histórico), han sido conformadas por personas tanto de diferentes géneros como de diferentes edades, lo cual vuelve al núcleo familiar un espacio único e íntimo, como lo menciona Tuirán y Salles (1997), pero que no obstante, aún en este sentido de intimidad, el núcleo familiar sigue cumpliendo su función en el Estado y en las sociedades; orientando a los individuos que conforman la familia a ser personas que cumplan un rol dentro de la sociedad, basado en los valores que aquí se le instruyan y, a su vez, con base en lo establecido por la UNICEF (2015), el hecho de que todas las familias tienen el deber de cumplir ciertas funciones para satisfacer las necesidades de sus miembros:

- Necesidades básicas: dar abrigo, alimento, atención en caso de enfermedad.
- Necesidades emocionales: sentirse querido e importante para otras personas.
- Necesidad de protección: sentirse en la familia en un lugar seguro donde se recibe buen trato y donde se puede proteger de amenazas externas.
- Necesidad de pertenencia e individualidad: sentirse parte de un grupo […] y el grupo base es la familia. […] dentro de la familia cada uno tiene la necesidad de desarrollarse como una persona diferente de las otras: tener propias ideas, los propios gustos, es decir, tener su propia individualidad.

- Formación cultural y valórica: implica la enseñanza que se entrega en la familia acerca de lo bueno y malo, lo correcto y lo incorrecto, los valores, etc., todo cual es necesario para la convivencia en la familia y con el resto de la sociedad (p. 8-9).

Es por lo anterior, que consideramos que la familia constituye un sistema más amplio, ya que no sólo cumple con un rol dentro de la sociedad, sino que, de igual forma, tiene funciones y necesidades que satisfacer con cada uno de sus miembros. En ese sentido, la familia buscará preservar el bienestar físico, psicológico y emocional de los integrantes de la misma, “Las personas adultas de la familia son las encargadas de velar por la satisfacción de estas necesidades” (UNICEF, 2015, p. 9).

Es importante señalar, que los contextos de cada familia, definirán el tipo de necesidades a las que se enfrentarán y adaptarán cada uno de sus miembros. Estas funciones y necesidades, además de ajustarse al contexto social, económico, político, religioso, etc., también se adaptan a la evolución interna de la familia, es decir, a las particularidades de sus miembros, como pueden ser las transiciones por la adolescencia, adultez y vejez que enfrenten los integrantes, así como también alguna enfermedad, discapacidad o condición de alguno de ellos.

Asimismo se enuncia que en la profundidad del seno familiar y de las interacciones familiares “se constituyen fuertes lazos de solidaridad; se entretejen relaciones de poder y autoridad, se reúnen y distribuyen los recursos para satisfacer las necesidades básicas de los miembros del grupo; y se definen obligaciones, responsabilidades y derechos con arreglo a las normas culturales y de acuerdo a la edad, el sexo y la posición en la relación de parentesco de sus integrantes” (Tuirán y Salles, 1997, p. 50).

De acuerdo con lo antes señalado, A3 responde lo siguiente a la pregunta, ¿Qué es la familia para ti?:

> La familia para mi es lo más importante para que yo pueda crecer y aprender, mi familia es mis papás y mi hermano, mis papás me enseñan cosas que no entiendo y mi hermano es mi compañero, yo creo que la familia es amor y unión entre todos, aunque a veces mis papás tengan peleas con nosotros eso no quita que dejen de ser mi familia, no sé, yo siento que eso es familia para mí (Ent. A3, 1 de mayo 2024).

Y ante la pregunta ¿Cómo describiría la convivencia y la dinámica familiar que existe entre ustedes? PF3, nos comenta:

> Es amorosa, cordial y respetuosa, somos muy juguetones, tratamos de convivir con ellos, así sea en las actividades del hogar, nuestra dinámica en el hogar es que a cada quien le corresponde realizar algo, tanto a mis hijos como a mi esposo y a mí, y también en esos tiempos hablamos o bromeamos con ellos para que tampoco se vuelva molesto para ellos (Cuest. PF3, 1 de mayo 2024).

Nos reafirma la idea de que dentro de lo que se consolida como familia, cada quien es responsable de ciertas actividades y de seguir ciertos roles, como señala el entrevistado, no sólo hay un cumplimiento de responsabilidades, sino que también, obligaciones y acuerdos que van conforme a su edad, habilidades y conocimientos.

En conclusión, podemos afirmar, que la familia es un sistema, en tanto que "Los conceptos fundamentales que definen un sistema son la interacción, globalidad, la organización y la complejidad" (p. 120).

Flórez y Thomas (1993, p. 120-123) desglosan los conceptos de la siguiente manera:

- Interacción: Las relaciones entre los elementos de un sistema son biunívocas **A ⟷ B** y no **A⟷B o B⟷ A** […] En estos ejemplos se habla de retroacciones (*feedback*) que es una forma particular de interacción. […] La relación se concibe bajo el criterio de lazo o unión, así, es el carácter de dos o más objetos tales que una modificación en el uno implica una modificación en el otro.

En términos de familia, entiéndase que, la interacción familiar es un conjunto integrado, más no uno aislado, lo que le sucede al adolescente, los comportamientos que éste tenga dentro de su núcleo familiar, afectarán de manera directa a todos los miembros de la misma, "[…] una modificación en el uno implica una modificación en el otro" (Flórez y Thomas, 1993). En palabras de López y Gáfaro (2021): "Una etapa como la adolescencia no solo la viven los jóvenes. Cuando uno de los miembros de una familia entra en este periodo, muchas cosas cambian. Toda la familia se afecta" (p. 99). Es por lo anterior, que Flórez y Thomas (1993) hacen mención al término feedback como forma de interacción entre elementos, en este caso, interacción entre los miembros de la familia. Como

señalamos en el capítulo anterior, en el modelo feed-feed, ambos actores interactúan entre sí, no hay una interacción unilateral, sino bilateral y recíproca: **A⟷B.**

- Globalidad: Una de las principales peculiaridades de un sistema es la existencia de cualidades resultantes de la integración de los elementos y que se reconocen únicamente en la totalidad, superando las características individuales, pero sin negarlas en sí.

En otras palabras, hablar de un sistema implica tomar en cuenta la suma de sus partes, es decir, los elementos que configuran y estructuran al sistema. En este caso, al conjunto de personas que interactúan bajo fines en común, es a lo que denominamos familia, sin embargo, dentro del núcleo familiar, los miembros que la conforman, representan un rol específico, con ciertas responsabilidades dentro del hogar, en donde elaboran ciertas tareas. Desde la individualidad de cada uno (entiéndase por individualidad, la personalidad, cualidades, habilidades, valores, etc.), convergen varias personas en un solo lugar, intercambiando ideas, sentimientos, pensamientos, experiencias, etc., convirtiendo al hogar o a la familia en una totalidad.

La familia como un sistema, construye un comportamiento o dinámica propia. Todas las familias tienen cualidades que las vuelven diferentes al resto y funcionan gracias a la interacción de la totalidad de sus partes y de las cualidades nuevas que surgen de la interdependencia que establecen.

- Organización: La organización es la que determina que el sistema trabaje de una manera determinada y se dirija hacía cierto punto puesto que su estructura depende no sólo de los elementos sino también de las interrelaciones que ocurren al interior inducidas por la organización. La función y la organización aportan las directrices de sostén, de mecánica, de dinámica y de productividad del sistema

La organización es un poco de lo que ya se ha expuesto anteriormente, refiere al punto de acuerdo entre los integrantes para realizar las actividades que propongan los padres o madres de familia, cómo se organizan para hacer funcionar el sistema familiar. Recapitulando, uno de nuestros entrevistados (PF3) expone que, organiza las tareas del hogar de modo que todos los integrantes de la familia participen en algo y al mismo tiempo, tratan de convertir ese momento en algo ameno y en un tiempo de convivencia,

más allá de si es una responsabilidad realizar las tareas del hogar. La estructuración y organización determinarán las interacciones y la comunicación de los miembros del núcleo, para todo existe una organización que permite la funcionalidad de las cosas y la familia no es una excepción.

Por otra parte, Flórez y Thomas (1993), hacen referencia a las categorías o tipos de sistema que existen, no abordaremos todas porque para efectos de lo trabajamos solo consideramos la siguiente clasificación:

> d. Un sistema existe en relación con su entorno y puede ser cerrado o abierto: Cerrados, (aquellos que no tienen intercambio de materia y energía con el entorno, poco presentes en la naturaleza) […]. Los sistemas abiertos (con un constante intercambio de energía y materia con su medio, son en especial todos los organismos vivos) (p. 125).

De acuerdo con lo antes dicho, podemos señalar que la familia es un sistema abierto, debido a que existe una interacción de energía y materia con el medio que lo rodea, se entiende entonces que tiene una constante conexión con estímulos externos, la sociedad, la cultura, religión, educación, política y con estímulos internos, que refiere a las individualidades de sus miembros. Aunado a esto, los mismos autores, mencionan que una característica de un sistema abierto, es su capacidad de adaptarse a dichos estímulos para su supervivencia; por ejemplo, si dentro de la familia, hay un integrante que se encuentra atravesando por el periodo de la adolescencia, la familia, idóneamente, buscará e implementará estrategias que le permitan adaptarse y ayudar a las nuevas reglas que los padres deciden establecer.

Del mismo modo como se adapta a cambios internos, lo hace con los cambios externos de la sociedad, adapta sus dinámicas a lo que suceda en su entorno, por ejemplo, si económicamente, la sociedad atraviesa por una crisis, las dinámicas en torno a la economía familiar, cambia y se ajusta para preservar el bienestar de todos los integrantes.

Es por todo lo anterior, que la familia constituye un sistema abierto en el que todos los elementos interactúan dinámicamente, se articulan, complementan, adaptan y organizan entre sí, de acuerdo con las individualidades de quienes lo integren, las cuales, de hecho,

son las que permiten que el sistema funcione y ejecute acciones. Cada integrante de la familia, aporta algo para que este sistema pueda enriquecerse, como ya se mencionó, durante la adolescencia es recurrente que se genere tensión, discusiones, peleas, diferencias, etc., sin embargo, no solo hay que ver estas diferencias entre padres e hijos como obstáculos que entorpecen al sistema, sino darles otra perspectiva y ver las diferencias como oportunidad para enriquecer al sistema familiar con las nuevas experiencias, habilidades y conocimientos que pueda traer consigo tener un adolescente en casa.

4.2 Tipos de familia

La familia, como se ha hecho mención previamente, es un sistema que ha experimentado cambios y transformaciones en su estructura y en su dinámica, a lo largo de los años se ha observado cómo los cambios sociales han impactado en ella y la han reestructurado para que pueda adaptarse a la diversidad social. Autores clásicos, como lo son Rousseau (1762), Engels (1884), Makarenko (1999), etc., han establecido algunas de las bases que nos permiten entender la importancia de la familia.

Rousseau (1762) en su obra El Emilio, describe una familia tradicional, en donde los padres son los encargados en su totalidad de la educación de los hijos, resaltando la importancia de la presencia de ellos en los primeros años de vida para la formación del carácter y personalidad de los hijos. Hace una distinción clave sobre los roles de los padres, siendo la madre una persona cariñosa que provee de seguridad, valores y principios al niño, por otro lado, el padre es quien ejerce autoridad, preparando al niño para enfrentarse a la vida.

Por otro lado, Engels (1884), plantea la idea de que la familia no siempre ha sido como la conocemos, sino que ha tenido una evolución histórica significativa en función de aspectos económicos y sociales, aunado a esto, sostiene que la familia nuclear no siempre ha existido y en el caso de las sociedades más primitivas, las relaciones familiares eran producto de una organización premeditada de sistemas de alianza.

Para Engels (citado en Benítez, 2017):

> La familia monogámica fue la primera forma de familia que tuvo por base condiciones económicas y no naturales y fue, más que nada, el resultado de convertirse la familia en una unidad económica basada en la propiedad privada de un patrimonio y en la autoridad absoluta de un varón patrón. El primer antagonismo de clases que apareció en la historia coincide con el desarrollo del antagonismo entre el hombre y la mujer en la monogamia; y la primera opresión de clases, con la del sexo femenino por el masculino. La monogamia fue un gran progreso histórico, pero al mismo tiempo inaugura, juntamente con la esclavitud y con las riquezas privadas (p. 3).

Refiriéndose a la monogamia como una forma de satisfacción ante las necesidades de los hombres y su deseo por someter a la mujer a un rol reproductivo.

Makarenko (1999), en contraparte de lo que menciona Engels (1884), afirma lo siguiente: “La familia dejó de ser patriarcal. Nuestra mujer goza de los mismos derechos que el hombre, y los de la madre son iguales a los del padre” (p. 21). Así, los padres deben ofrecer a los hijos una educación basada en principios claros, en un entorno de respeto y disciplina, pero, sobre todo, de responsabilidad.

Como se observa, la familia ha sido estudiada por autores clásicos, como los que retomamos anteriormente, por lo que la concepción que tengamos de ella no es un planteamiento nuevo. Lo que sí, es que es necesario reconocer que en la actualidad existen diversos tipos de familia que reflejan los distintos valores de cada cultura y contexto social. Estos modelos familiares pueden variar según su composición, el papel de sus miembros, la forma en que se organizan y relacionan entre sí.

Entre los tipos más comunes se encuentran la familia nuclear, extendida, monoparental, y las familias reconstituidas, cada una con sus características particulares. De acuerdo con Benítez (2008, citado en Martínez, 2015) las características de los tipos de familia son las siguientes:

a) La familia nuclear o elemental: es la unidad familiar básica que se compone de esposo (padre), esposa (madre) e hijos. Estos últimos pueden ser la descendencia biológica de la pareja o miembros adoptados por la familia.
b) La familia extensa o consanguínea: se compone de más de una unidad nuclear, se extiende más allá de dos generaciones y está basada en los vínculos de sangre de

una gran cantidad de personas, incluyendo a los padres, niños, abuelos, tíos, tías, sobrinos, primos y demás; por ejemplo, la familia de triple generación incluye a los padres, a sus hijos casados o solteros, y a los nietos.

c) La familia monoparental: es aquella familia que se constituye por uno de los padres y sus hijos. Esta puede tener diversos orígenes. Ya sea porque los padres se han divorciado y los hijos quedan viviendo con uno de los padres, por lo general la madre; por un embarazo precoz donde se configura otro tipo de familia dentro de la mencionada: la familia de madre soltera; o por fallecimiento de uno de los cónyuges.
d) La familia de madre soltera: familia en la que la madre desde un inicio asume sola la crianza de sus hijos/as. Generalmente, es la mujer quien la mayoría de las veces asume este rol, pues el hombre se distancia y no reconoce su paternidad por diversos motivos. En este tipo de familia se debe tener presente que hay distinciones pues no es lo mismo ser madre soltera adolescente, joven o adulta.
e) La familia de padres separados: familia en la que los padres se encuentran separados. Se niegan a vivir juntos; no son pareja, pero deben seguir cumpliendo su rol de padres ante los hijos por muy distantes que estos se encuentren. Por el bien de los hijos/as se niegan a la relación de pareja, pero no a la paternidad y maternidad (p. 4).

Independientemente del modelo de familia, ésta sigue siendo el núcleo en el que se desarrollan importantes aspectos de la identidad, la educación y el bienestar de los adolescentes. Es crucial mencionar, que existe la posibilidad, de que el adolescente, se desarrolle y construya a sí mismo de formas diferentes dependiendo el núcleo familiar en el que haya crecido. “Todo lo que cada persona es tiene que ver, en gran medida, con las experiencias que ha vivido a lo largo de la vida; éstas marcan en la manera de pensar y de actuar” (UNICEF, 2015, p. 3).

Por ejemplo, retomando la historia de A1 abordada en el capítulo anterior, él mencionó que no creció con sus padres, sino con su abuela, y que su desarrollo durante la adolescencia no ha sido fácil, puesto que ha tenido problemas con su persona y a nivel social, no queremos decir con esto que la ausencia de padres ha sido el detonante de sus problemas, sin embargo, sí podemos cuestionarnos, ¿Sería diferente si hubiese crecido en una familia con papá y mamá?, responder a esta pregunta implica considerar diversos aspectos, desde el motivo de distanciamiento, hasta la indagación profunda en la vida del adolescente.

No cabe duda que las dinámicas familiares y los diferentes contextos del individuo pueden ser tan variados y diferentes, que parece que nunca se podría conocer todos y cada uno de los posibles casos, y es precisamente esta variedad, diferencias e incluso estilos de crianza, lo que puede determinar cómo el adolescente va a enfrentar, resolver y experimentar los desafíos de esta etapa.

4.3 Estilos de crianza

Ahora bien, dentro de las dinámicas familiares, la intervención que tienen los padres sobre sus hijos determina que el desarrollo de su hijo o hija sea adecuado ante la sociedad, las estrategias que utilizan para regular su comportamiento, dependen de las creencias o estilos que optaron ellos, a esto se le conoce como *tipos de crianza.*

Izzedin y Pachajoa (2009), mencionan que una de ellas es el control, “se relaciona básicamente con el mandato parental y el apoyo se vincula con la comunicación que favorece el razonamiento, el afecto y la comprensión” (p. 4).

Así mismo, Izzedin y Pachajoa (2009) describen algunos tipos de crianza, basándose en otros autores, Baumrind, Torio, Peña, Inda en Izzedin y Pachajoa (2009):

- *El estilo autoritario o represivo*: en este modelo la obediencia es una virtud. Los padres con este estilo educativo favorecen demasiado la disciplina, dando demasiada importancia a los castigos y poca al diálogo y la comunicación con los hijos, limitando así la autonomía y la creatividad en el niño. Este modelo es el que más efectos negativos tiene en la vida social de los niños y es probable que muestre conductas hostiles, baja autoestima, desconfianza y conductas agresivas.
- *El estilo permisivo o no restrictivo:* refleja una relación entre padre e hijo sin directivas basadas en el control y la flexibilidad de los padres. Los niños de este modelo crecen con poca disciplina y no rinden cuentas de sus opiniones. Los padres evitan castigos y recompensas, no estableciendo normas.
- *El estilo democrático:* también se llama autoritario, autorizado, contractualista y equilibrado. A los niños les permiten resolver los problemas cotidianos, favoreciendo así la elaboración de sus aprendizajes, su autonomía y su iniciativa personal. Fomentan el diálogo y la comunicación periódica y abierta entre ellos y sus hijos para que los niños comprendan mejor las situaciones y sus acciones (p. 4-5)

Este estilo nos parece adecuado asociarlo con A3 y PF3, este padre de familia comenta que tienen una dinámica en donde les permite a sus hijos experimentar, equivocarse y aprender de eso, expone que hay límites principalmente “cuando se tiene a dos adolescentes en casa”, pero que, al mismo tiempo, los dejan construir sus propias vivencias, lo cual resulta ser un equilibrio bastante positivo y acertado para cuando se es padre o madre de un adolescente.

Complementando esta información, González, Martín y Roing (2013) exponen que también existe:

- *Estilo de crianza sobreprotector*: Suele ser ejercido por padres y madres excesivamente vigilantes, inseguros y temerosos; intervienen precipitadamente para evitar cualquier obstáculo que pueda hacer errar o fallar a sus hijos e hijas; hacen las cosas por ellos y toman todas las decisiones en su lugar. Este estilo de crianza transmite a los niños y las niñas que el mundo es un lugar amenazante y que por sí mismos no serán capaces de superar las dificultades (p. 12).

Bajo el estilo de crianza sobreprotector tenemos el caso de AJ2, que podríamos igualmente asociarlo a un estilo autoritario, ella comenta:

> […] durante la adolescencia y por las ideas tan arraigadas de mi familia, me vi impedida para poder convivir con mis compañeros, ya que no podía ir a los convivios que se organizaban en mis grupos, ni a los cumpleaños a los que me invitaban, no podía participar en nada que no fuera del agrado de mis padres

En general, este caso que presentamos resulta bastante complejo, tenía ciertamente, padres presentes, al menos en el ámbito económico, sin embargo, para cuestiones en donde necesitaba apoyo y contención, no era algo que encontrara en sus figuras parentales: “crecí sin su apoyo para cuestiones sentimentales, por lo tanto, trataba de no incomodar a mis padres y no tratar con ellos temas que no fueran de su agrado, o temas de los que yo ya sabía que en vez de ayudarme podría salir regañada”, igualmente comenta, no haber tenido apoyo moral, y haber crecido con baja autoestima derivado de acontecimientos en su adolescencia. Podría asociarse, por un lado, a un estilo de crianza sobreprotector, y en cierta medida, también negligente.

- *Estilo de crianza negligente*: Este tipo de crianza se asocia a la ausencia de límites y de contención, pero tampoco existe calidez, ni comunicación por parte de los padres y las madres hacia los hijos e hijas. En este caso, los cuidadores no pueden o no cuentan con capacidades parentales para guiar o atender las necesidades del niño o la niña. En definitiva, son padres y madres ausentes, que no muestran compromiso hacia la crianza de sus hijos e hijas (p.12).

Al respecto de este estilo de crianza, retomamos el caso de A1, para ejemplificar algunas de sus características, recordando que A1 creció con padres totalmente ausentes y quedando a cargo completamente de su abuela desde una edad muy corta, desconocemos las causas de por qué los padres tomaron esa decisión, pero reconocemos que este caso, representa un estilo de crianza negligente, en donde al ser padres ausentes, tienen poca o casi nula comunicación, no guiaron, ni atendieron ni cuidaron el desarrollo de A1, siendo entonces su abuela quien representa esa figura parental para el adolescente.

- *Estilo de crianza basado en la parentalidad positiva*: Este enfoque reúne un repertorio de habilidades parentales similar al estilo democrático, haciendo especial hincapié en el conocimiento de las necesidades reales de los niños y las niñas. El aspecto central de este estilo consiste en velar por un desarrollo adecuado a nivel físico, emocional, social e intelectual del niño o la niña. Educar en positivo y desde el buen trato implica guiar a los hijos e hijas con límites y normas consistentes, con mucho afecto, sin recurrir a ninguna forma de violencia (gritos, humillaciones o cachetes) y potenciar al máximo su capacidad. Requiere por parte de los adultos grandes dosis de responsabilidad, paciencia y flexibilidad para adaptarse a los cambios relacionados con la paternidad o la maternidad (p. 13).

AJ1 expone:

> Fue estricta mi formación, pero dentro de lo estricto, fue amorosa y permisiva con lo que sabía que no sería dañino para mí en un futuro y me dejaba cometer mis errores, orientándome en que era lo correcto y que no y cuando tomaba la decisión incorrecta, estaba ahí para ayudarme a enmendar la situación y siempre me hizo ver el aprendizaje de lo bueno y lo malo que pasaba en mi vida (Cuest. AJ1, 20 de enero, 2024).

Podemos afirmar, que AJ1, creció con un enfoque de crianza basado en la parentalidad positiva, su figura materna la guío siempre desde el afecto y amor, se entiende que había permisos, pero que también había límites que ayudaban a salvaguardar su bienestar.

Es importante advertir que la forma de relacionarse entre padres e hijos adolescentes dependerá del estilo educativo que predomine en cada familia, estos estilos educativos parentales son un conjunto de actitudes hacia los hijos que les son transmitidas y crean un ambiente emocional. De acuerdo con los diferentes estilos de crianza, Capano y Ubach (2013) detallan características que desarrollan los hijos o hijas dependiendo el tipo de crianza con el que hayan crecido.

Figura 2. Relación entre los estilos educativos entre padres e hijos adolescentes

Fuente: Capano. A y Ubach. A. (2013). *Estilos Parentales, Parentalidad Positiva y Formación de Padres (p. 7).*

> Los padres que se manejan desde un estilo autoritario le dan una importancia mayor a la obediencia de los hijos, limitan, circunscriben la autonomía. Los padres que funcionan desde el estilo permisivo se encuentran en el extremo opuesto al estilo descripto anteriormente, no ejercen prácticamente ningún control y permiten el mayor grado de

> autonomía. Los que ejercen el estilo democrático son padres que se encuentran a mitad de camino entre los estilos mencionados anteriormente, intentan controlar el comportamiento de sus hijos, funcionando desde la razón y el razonar con ellos y no desde la imposición o la fuerza (Capano y Ubach. 2013. P. 5).

Es un hecho que los diferentes estilos de crianza influyen significativamente en las relaciones y al desarrollo de la persona en sus diferentes etapas de la vida, por ello, el que los padres y madres de familia conozcan y comprendan los efectos de las relaciones que establecen cada uno de ellos, es primordial para mejorar sus interacciones y lograr un entorno familiar adecuado para que sus hijos o hijas crezcan, se desarrollen y se desenvuelvan adecuadamente en la sociedad.

4.4 La familia y el adolescente

La familia juega un papel fundamental para las y los adolescentes, siendo un elemento de apoyo en su desarrollo. La influencia que ejerce la familia es de gran importancia para el individuo, desde la infancia hasta la vida adulta, ya que, al ser la familia su primer encuentro de socialización, atravesarán diferentes desafíos que los llevarán a su integración en la sociedad de manera favorable o desfavorable, de acuerdo con diversos factores que se presenten en su crecimiento.

Por lo general, los padres son quienes poseen, por experiencia, edad, razones sociales, biológicas y afectivas, el conocimiento para transmitir a sus hijos, valores, costumbres, sentimientos, pautas culturales y sociales. Los padres cuentan con ideas, creencias y expectativas de cómo quieren criar y educar a sus hijos, acerca de las normas, ideas y valores que pretenden trasmitirles, sin embargo, puede ocurrir que las expectativas o ideas planteadas en un inicio por ellos no se alcancen. Por otro lado, el o la adolescente puede subestimar la importancia de la familia, lo que a menudo es el resultado de conflictos entre sus padres y él o ella.

Los y las adolescentes que tengan establecidos vínculos afectivos positivos tendrán menos posibilidades de enfrentar conflictos con sus padres, y mayores probabilidades de enfrentar asertivamente los desafíos que se les presenten durante su adolescencia. Por el contrario, aquellos que no tengan una vinculación con los miembros de su entorno familiar, pueden experimentar dificultades emocionales y sociales durante su desarrollo.

Por ello es importante que el adolescente tenga bien establecidos los vínculos familiares.

De acuerdo con lo anterior, Jiménez, Musitu y Murgui (2005), en un estudio que realizaron para analizar las características que existen y se presentan dentro del sistema familiar, exponen lo siguiente:

> Los resultados sugieren que los adolescentes pertenecientes a familias con una mejor comunicación familiar, mayor adaptabilidad, fuerte vinculación emocional entre sus miembros y mayor satisfacción familiar, son aquellos que también perciben más apoyo de sus relaciones personales significativas […] unas relaciones positivas en la familia se relacionan con un mayor desarrollo de recursos personales y sociales del adolescente (p. 190).

Enfatizando lo antes mencionado, AJ1, refiere que la relación con su mamá mejoró gracias a que en su transición en la adolescencia ella estuvo siempre presente, porque, al ser madre soltera, la familia se reducía únicamente a ellas dos. Afirma que tuvieron caídas, enojos, mal entendidos, pero lograron sobrellevarlos siempre de la mejor manera:

> Obviamente cuando ya no estábamos enojadas procurábamos arreglar las cosas y dar una solución al problema, en las cosas buenas era lindo poder tener a quien contarle lo bueno que me pasaba cuando no quería que fuera público, ella se alegraba por mí. Nuestra relación es la que es, porque desde la niñez y, sobre todo, en la adultez fuimos construyendo una relación basada en la confianza y comunicación (Cuest. AJ1, 20 de enero, 2024).

Aquellos adolescentes que crecen con un vínculo sano y afectivo, durante la adultez, pueden reflejar algo similar a lo que AJ1 manifiesta: armonía, comunicación y confianza en el núcleo.

Para Minuchin (2003, citado en Scarpati, Pertuz y Silva, 2014), “es muy importante para el funcionamiento de una familia el establecimiento de límites. Estos los constituyen las reglas, los cuales lo definen quienes participan y de qué manera “(p. 7).

Capano y Ubach (2013) mencionan que “las familias necesitan de una orientación, asesoramiento o entrenamiento en alguna etapa del ciclo evolutivo de sus hijos e hijas,

ya sea por problemas considerados menores o por grandes dificultades que puedan surgir" (p. 9).

Al ser la adolescencia una etapa turbulenta y vulnerable, las y los adolescentes requieren que se les guíe, enseñe y contenga, si bien, es una tarea complicada debido a su resistencia por sentirse controlados por sus padres o madres, no es imposible. Como se ha hecho hincapié desde los inicios de esta investigación, es necesario y casi un requisito que, entrada la adolescencia, los padres y madres cambien sus dinámicas, se comuniquen con sus hijos y les brinden información verídica que les ayude a sobrellevar, o por lo menos, comprender los cambios y experiencias que experimentan día con día.

Es muy frecuente que padres y madres de familia justifiquen su ausencia con cuestiones laborales o con falta de tiempo, también reconocemos que esta ausencia puede estar vinculada a las creencias de que los adolescentes son rebeldes o difíciles de tratar, por eso algunos padres y madres deciden *dejarlos ser,* provocando una desconexión y falta de comunicación, sin embargo, para ser *buenos padres*, no sólo es necesario estar presentes económicamente y creer que, por satisfacer las necesidades básicas, ya se está cubriendo todo el rol parental, también es indispensable dedicar tiempo de calidad, comunicación y apoyo emocional.

4.5 La orientación educativa como un factor de protección

La orientación puede ser considerada como un apoyo significativo a las personas que se encuentran en la transición de etapas o de su formación. Autores como Bisquerra (1986) en Morales (2020) la define como un proceso de ayuda permanente que se ofrece "a todas las personas, en todos sus aspectos, con objeto de potenciar la prevención y el desarrollo humano a lo largo de toda la vida. Esta ayuda se realiza mediante programas de intervención psicopedagógica, basados en principios científicos y filosóficos" (p. 2).

Sin embargo, para Morales (2020) la orientación es:

> Una actividad que trasciende el espacio educativo representa una herramienta de intervención que favorece la consolidación de funciones como la adaptación y la socialización; con respecto a la primera, procura la integración de la persona a la dinámica social, a sus roles y funciones; mientras la segunda refiere al aprendizaje de las normas,

> las reglas morales y las convenciones sociales que rigen su actuación como ciudadano del mundo (p. 2).

En la etapa de la adolescencia es importante que se encuentre a algún orientador que lo acompañe en su proceso de desarrollo, salud integral y en alguna toma de decisiones. Bisquerra (2009, citado en Morales, 2020), dice que la orientación es significativa para "asegurar el desarrollo de competencias emocionales que le permitan al individuo responder y enfrentar con éxito las demandas derivadas de las organizaciones, del contexto comunitario y de la sociedad en general" (p. 1).

Calviño (2000, citado en Sánchez, 2017), menciona que "la orientación no sólo es un proceso de ayuda que interviene ocasionalmente, sino más bien un proceso de mediación, canalización, que debe acompañar al sujeto a lo largo de la vida" (p. 3).

Hoy en día la orientación es considerada como una ayuda continua que tiene como principal objetivo el mejoramiento en la educación o en el ámbito personal. Para delimitar o tratar alguna problemática en el desarrollo educativo se establecieron áreas de la orientación, cada una de ellas atiende a situaciones específicas obteniendo un asesoramiento colaborativo; las cuales se pueden dividir en:

- Desarrollo de la carrera (orientación vocacional), Montanero (2002) la describe como: Un servicio público dirigido principalmente a ayudar en la búsqueda de empleo a jóvenes de ambientes desfavorecidos. El asesoramiento vocacional debía centrarse entonces en detectar esos rasgos individuales y ayudar al sujeto a contrastar sus características personales con la exigencia del mundo profesional para lograr así un ajuste lo más perfecto posible (pp. 4-5).
- Aprender-Aprender (orientación de los procesos de enseñanza -aprendizaje), Montanero (2002), la define como: Programas de enseñar a estudiar, por su parte, se han focalizado sobre todo en el entrenamiento de estrategias de comprensión y técnicas de estudio que facilitan las actividades de aprendizaje (p. 7).
- Desarrollo social y emocional (orientación personal y familiar): "Su objetivo es promover que los procesos educativos faciliten el ajuste personal y la autoaceptación dentro del contexto social y familiar" (Sampascual 1999 citado en Montanero, 2002, p. 8).

- Necesidades Educativas Especiales: “Más que un área de contenido, el concepto de atención a la diversidad alude a un principio general de actuación en la Orientación para todos los ámbitos y con todos los alumnos, manifiesten o no necesidades de carácter especial” (Montenero, 2002, p. 10).

Respecto a lo anterior, esta investigación está relacionada con el área de orientación personal y familiar, debido a que dentro del entorno educativo se le puede brindar una serie de herramientas, tanto a los adolescentes como a los padres y madres de familia para mejorar su bienestar emocional, fortalecer sus relaciones y enfrentar los desafíos de la vida cotidiana. Algunos temas que abordan dentro del área de la orientación son la comunicación, resolución de conflictos, educación de los hijos, manejo del estrés y toma de decisiones. Montanero (2002) menciona que las actuaciones de intervención y asesoramiento psicopedagógico en los centros educativos podrían sintetizarse, más específicamente, en los siguientes contenidos:

- Educación emocional y social en el marco de la tutoría (mediante actuaciones dirigidas a la mejora de la cohesión del grupo, la integración social, la autoestima, la comprensión, expresión y control de emociones, el entrenamiento de habilidades sociales o la educación en valores…)
- Cooperación con las familias en el desarrollo integral de los alumnos.
- Educación intercultural y de aceptación de la diversidad en grupos heterogéneos donde convivan personas procedentes de distintos sexos, etnias o culturas diferentes, con desventaja social o con discapacidad.
- Tratamiento curricular de los temas transversales (educación para la paz, educación para la salud, educación para el consumo, educación ambiental…)
- Diseño de actividades de tutoría, relacionadas con la prevención y el desarrollo social.
- Prevención de la violencia o la conflictividad escolar, así como de los problemas específicos del contexto social y profesional del docente (regulación de normas de convivencia, habilidades de interacción, afrontamiento de situaciones de estrés…)
- colaboración en el diseño y desarrollo de planes interdisciplinares de prevención y salud escolar en sectores educativos (pp. 9-10).

Dentro de esta investigación es importante considerar a la orientación como un factor preventivo en los riesgos que surgen en este periodo por los cambios ya discutidos en los capítulos previos. Al adentrarnos en los adolescentes, consideramos el plan de estudios de educación básica de tercer grado de secundaria, este plan aunque no aborda a la orientación, sí la recupera mediante su eje de intervención como “Tutoría y Educación Socioemocional”, con 12 subtemas en el libro “De lo humano y lo comunitario”, que abarcan desde la importancia del bienestar emocional, contextos familiares, prevención de riesgos, potencialidades individuales, metas, desarrollo personal y comunitario, entre otros.

En este apartado de acuerdo con el Plan de Estudios (SEP, 2022):

> Se incorporan contenidos orientados a identificar, fortalecer y poner en práctica conocimientos, saberes y valores a partir de las experiencias individuales y colectivas, así como de las características del lugar en el que se encuentran. Están estrechamente relacionados a lo largo de la educación preescolar, primaria y secundaria, y se centran en el conocimiento de sí y de los demás; la comprensión consciente de la vida emocional y afectiva propia en su relación con la de otras y otros; el cuidado de la salud individual y comunitaria; el análisis crítico de situaciones y problemas sociales en relación con su vida cotidiana; la valoración y construcción de saberes e intervenciones en la satisfacción de necesidades (p. 134).

Lo anterior nos resulta de interés, ya que nos permite observar cómo las instancias educativas, de igual manera, fungen como factores preventivos y de apoyo para las y los adolescentes, proporcionándoles herramientas para la gestión de emociones y la construcción de relaciones sanas, previniendo situaciones de riesgo.

Asimismo, de acuerdo con La Ley General de Educación (SEP, 2019) se establece que los niños, niñas y adolescentes deben de tener este factor de apoyo que les permita cumplir sus labores como estudiantes:

> Artículo 80. El Estado ofrecerá servicios de orientación educativa y de trabajo social desde la educación básica hasta la educación superior, de acuerdo con la suficiencia presupuestal y a las necesidades de cada plantel, a fin de fomentar una conciencia crítica

> que perfile a los educandos en la selección de su formación a lo largo de la vida para su desarrollo personal y contribuir al bienestar de sus comunidades (p. 31).

A través del tiempo el papel del orientador-tutor se ha desempeñado de distinta forma, Medina, Tinajero y Rodríguez (2013) mencionan que:

> La orientación, como espacio educativo en 2006, tenía la misión de atender a los estudiantes de forma individual, entrevistar a los padres de familia, ofrecer ayuda a los estudiantes para resolver problemas que la escuela no podía atender, ayudar a los profesores-tutores en especial en la elaboración del plan de vida y motivar el trabajo en equipo entre el personal académico de su escuela. En cambio, en 2011, solo se le consideró como un servicio de apoyo al profesor-tutor para que éste a su vez asesore a los estudiantes en la elección de estudios posteriores o conseguir un empleo.

Ante las situaciones de riesgo que enfrentan y que están presentes en el entorno de la o el adolescente, las instituciones educativas, sugieren, en los contenidos escolares, algunas acciones para implementar y que pueden ayudar a mitigar los alcances de algunos riesgos desde diferentes áreas:

Alternativas de prevención de situaciones de riesgo de acuerdo con el libro de texto “De lo humano y lo comunitario” de tercer grado de la SEP (2023):

1. Educación y concientización: la educación es clave para prevenir situaciones de riesgo. Se deben brindar programas educativos sobre temas como seguridad en el hogar, prevención de adicciones, violencia y medidas de preparación ante fenómenos naturales.
2. Fortalecimiento familiar: una familia unida y sólida puede prevenir muchas situaciones de riesgo. Los padres deben establecer normas claras y consistentes en el hogar, comunicarse abiertamente con sus hijos, fomentar la autoestima y la autoconfianza.
3. Participación comunitaria: las comunidades fuertes y comprometidas pueden ayudar a prevenir situaciones de riesgo. Se debe fomentar la colaboración y el trabajo en equipo para abordar los desafíos comunes.
4. Preparación ante situaciones de emergencia: la preparación es esencial para enfrentar situaciones de riesgo. Las personas deben estar listas para enfrentar

situaciones de emergencia como terremotos, incendios e inundaciones. Esto implica tener un plan de emergencia, suministros básicos y capacitación en primeros auxilios.

5. Promoción de estilos de vida saludables: puede prevenir muchas situaciones de riesgo como adicciones y enfermedades crónicas. Se deben fomentar hábitos alimenticios saludables, actividad física regular y la práctica de actividades recreativas (p. 208).

Si bien, son algunas consideraciones generales, de igual forma, ayudan a establecer y categorizar las diferentes áreas en las que se puede promover, dentro y fuera de la escuela, la prevención de riesgos. Además, dentro de las instalaciones educativas se encuentra el espacio de tutoría, en donde se les brinda un acompañamiento a los y las adolescentes en su integración a las dinámicas escolares, promoviendo no sólo un apoyo académico para su mejora continua, sino que, de igual forma, contribuye a que el y la adolescente, se desenvuelvan y convivan sanamente en la sociedad.

En ese sentido, consideramos que tanto la escuela como familia, deben crear una red de apoyo mutua, debido a que existen acciones, modales, actitudes, etc., en el y la adolescente, que muchas veces son observadas por profesores/tutores de las escuelas, mismas que no observan los padres o no se percatan de ellas; los y las adolescentes, al tener a su círculo de amigos dentro del plantel, pueden mostrar conductas opuestas a las que manifiestan cuando están en casa, impidiendo que los padres conozcan más allá de lo que ellos les permiten.

Así lo afirman López y Gáfaro (2021):

> Durante la adolescencia, es normal que los jóvenes dejen de lado los modales que aprendieron en la casa para asumir temporalmente los del grupo de amigos con los que andan. Quizás en casa aún hagan gala a algunos modales familiares, pero lo más seguro es que en los círculos externos de la familia se comporten diferente. Casi podrá decirse que se trata de dos personas: una, la que convive en casa, y otra, la que se desenvuelve por fuera con sus iguales (p.118).

Esta red de apoyo entre el educador y padres de familia, que como bien lo enuncia el plan de estudios de educación básica, construye estrategias que intentan mitigar riesgos,

brindando información valiosa, que le permite al adolescente informarse correctamente y promover una toma de decisiones responsable, del mismo modo, es deber de los padres de familia, brindar información y continuar promoviendo habilidades que le permitan al adolescente desarrollarse íntegramente.

La participación de los padres y madres de familia en el desarrollo de sus hijos o hijas adolescentes, y la participación de las instituciones educativas frente a adecuaciones curriculares en planes y programas no es solamente un requerimiento obsoleto o una propuesta superficial, sino que precisa de ser una obligación establecida por leyes y políticas que se encargan de garantizar el bienestar y el desarrollo integral de niños, niñas y adolescentes.

Así lo expone la Ley General de los Derechos de Niñas, Niños y Adolescentes (2014), con precisión, en los siguientes artículos:

> Artículo 2. Para garantizar la protección de los derechos de niñas, niños y adolescentes, las autoridades realizarán las acciones y tomarán medidas, de conformidad con los principios establecidos en la presente Ley. Para tal efecto, deberán:
>
> II. Promover la participación, tomar en cuenta la opinión y considerar los aspectos culturales, éticos, afectivos, educativos y de salud de niñas, niños y adolescentes, en todos aquellos asuntos de su incumbencia, de acuerdo a su edad, desarrollo evolutivo, cognoscitivo y madurez.
>
> Artículo 6. Para efectos del artículo 2 de esta Ley, son principios rectores, los siguientes:
>
> IX. La corresponsabilidad de los miembros de la familia, la sociedad y las autoridades
>
> Artículo 7. Las leyes federales y de las entidades federativas deberán garantizar el ejercicio, respeto, protección y promoción de los derechos de niñas, niños y adolescentes; así como prever primordialmente, las acciones y mecanismos que les permitan un crecimiento y desarrollo integral pleno.

Lo anterior mencionado, es relevante, pues a lo largo de los capítulos se ha expuesto información sobre algunos riesgos en la adolescencia, datos relevantes acerca de la adolescencia, de las prácticas comunicativas y se han resaltado algunas ideas sobre la concepción de la familia, algunas de sus necesidades básicas que debe cumplir con los

miembros de esta, y más allá de considerarlas como una responsabilidad aislada, es una obligación y un derecho que tienen niñas, niños y adolescentes, crecer en un ambiente sano, que le permita desarrollarse, crecer y alcanzar su potencial a nivel físico, social y principalmente, emocional. Y que, tal como se menciona en el Artículo 6, fracción 9 y la Ley General de Educación, esto les corresponde a 3 instancias: la familia, la sociedad y las autoridades, quienes deberán efectuar medidas para las mejoras que enriquezcan su crecimiento y formación.

4.6 Factores de protección

Hemos mencionado sobre el papel de protección que juega la orientación educativa en la vida de las y los adolescentes, siguiendo la línea de los factores de protección, mencionamos algunas estrategias que proponen López y Gáfaro (2021), y que enunciamos en el capítulo 2, apartado 2.3

> ¿Qué pueden hacer los padres?
>
> - Aprender sobre tecnología. Tomar un curso de acceso a internet y manejo de la red. Esto no solo les abre muchas perspectivas, sino que también les brinda la posibilidad de compartir páginas web, correos electrónicos, blog, etc., con sus hijos.
> - Es necesario poner límites de tiempo acordes con las necesidades del joven, pero que no impidan la realización de otras actividades. Aunque es difícil limitar el tiempo que los jóvenes pasan conectados porque no se sabe cuándo si le están dando un uso académico, por ejemplo, y cuándo no, es labor de los padres ayudar a sus hijos a ser autorreguladores del uso de la tecnología
> - Prevenir a los jóvenes sobre los posibles riesgos de la red.
> - Ayúdelos a crear un criterio selectivo de la información que encuentran en línea
> - Si la edad del joven aún lo permite, use alguna de las modalidades de control […] u obtenga uno de los programas comerciales que permiten a los padres limitar el acceso (pp. 183-184).

Éstas son algunas acciones que padres y madres de familia pueden implementar en su dinámica para intentar mitigar los riesgos a los que el y la adolescente se enfrentan con el uso de internet.

Así como esto, las mismas autoras, realizan listados en donde plasman acciones que nosotras relacionamos con factores de protección.

¿Cómo dar información a los hijos?

- Haciendo énfasis en el afecto, las emociones y las actitudes, no solo en el desarrollo físico
- Proporcionando información de acuerdo con la edad y la personalidad del joven.
- Haciendo énfasis en valores como el respeto y la tolerancia
- Hablando de manera concreta y abierta
- No dando catedra sobre lo que es malo o bueno exclusivamente desde un punto de vista moral.
- Mostrando los límites de los métodos de planificación familiar.
- Orientando sobre los riesgos de una vida sexual activa, los cuales no solo son embarazos o enfermedades de transmisión sexual, sino también las consecuencias emocionales, como no sentirse querido o valorado, y en otros casos, la adicción al sexo (p. 71).

De esta manera, padres y madres de familia, dando la información en tiempo y forma, pueden mitigar ciertos riesgos que derivan del inicio de la actividad sexual en adolescentes, como lo pueden ser: embarazos no deseados, infecciones de transmisión sexual, abortos, etc.

Por otro lado, y abordando uno de los temas principales de esta investigación, López y Gáfaro (2021), comentan sobre las interacciones comunicativas durante la adolescencia:

¿Qué pueden hacer los padres?

- Acepten el momento por el que su hijo está pasando, reconozcan su necesidad de privacidad y confidencialidad con sus amigos. En la medida que lo hagan, ellos van a sentirse más tranquilos, con menos necesidad de “esconder” más cosas, y curiosamente, con la capacidad de poder contarles algunos de sus asuntos
- No traten de forzar a sus hijos a hablar. Cuanta más presión ejerzan, menos palabras van a lograr sacarles.

- Intentar comprender qué es lo que les gusta, le importa y le interesa al adolescente, puede abrirles muchas puertas.
- La comunicación basada en la confianza, el respeto y la honestidad es fundamental para tratar temas como la sexualidad, las relaciones de pareja, las presiones de amigos, las drogas y el alcohol. Cuando se establece, los jóvenes sienten que los padres los escuchan y que están interesados en ellos (p. 107-109).

Como hemos podido observar, los factores de protección, pueden venir incluso en las actividades más simples, no se requiere en su totalidad de una planificación sumamente elaborada, para cuidar a los y las adolescentes de las situaciones de riesgo, lo ideal es siempre comunicarse con ellos y ellas, hablándoles claro sobre temas que pueden derivar en riesgos, como las relaciones sexuales, el consumo de sustancias, los medios de comunicación, etc.

Reiteramos que es labor de todos y todas, el comprometernos con el cuidado y la integridad de los y las adolescentes, sin embargo, la tarea mayor recae en los padres y madres de familia, porque son ellos quienes deberán tomar medidas que guíen a sus hijos e hijas durante este trayecto escabroso.

Para finalizar con este capítulo, compartimos un fragmento del libro de Anton Makarenko (1945), *A book for parents* (*Un libro para padres*).

“Queridos padres: A veces olvidas que en tu familia hay una persona creciendo, una persona de quien eres responsable. No te consueles con la idea de que esto no es más que una responsabilidad moral” (p. 14).

CONCLUSIONES

En la investigación que aquí presentamos, hemos puntualizado en el impacto que tiene la comunicación familiar en las diferentes áreas de desarrollo del individuo, siendo este impacto no solo significativo durante el periodo de la adolescencia, sino que, de igual forma, se proyecta a lo largo de la vida adulta.

A partir del análisis que realizamos de los diferentes casos expuestos y la comparación entre lo que la teoría propone respecto a los 3 aspectos desarrollados: Comunicación, familia y adolescencia; podemos ratificar la relevancia de la comunicación como un factor de posible prevención ante las situaciones de riesgo a las que el o la adolescente se expone a lo largo de su desarrollo, como pueden ser, problemas de salud mental, adicciones, comportamientos adversos, etc. Por otra parte, al considerarse como un factor preventivo para el y la adolescente, en la misma medida será de utilidad para salvaguardar y preservar el bienestar físico y emocional del adulto, esto debido a que lo que ocurre durante la adolescencia, las decisiones que las y los adolescentes tomen respecto a factores familiares, escolares, sociales, etc., impactan irremediablemente en la adultez.

De acuerdo con los autores y los sujetos participantes trabajados en esta investigación consideramos que aquellos adolescentes que mantienen conexiones afectivas positivas tienden a experimentar menos conflictos, lo que resalta en la necesidad de crear un entorno de apoyo para fortalecer estos vínculos socioafectivos con el núcleo familiar. La experiencia de los adultos jóvenes que entrevistamos ilustra cómo una relación con desapego afectivo y poca presencia parental, puede generar estragos que difícilmente se remediarán y esto ocasiona en el adulto joven efectos negativos en su persona y en sus relaciones, en contraparte, una relación estrecha, amorosa, que se cimiente en la confianza y comunicación es crucial para que el sujeto pueda cultivar una vida adulta armoniosa

Dicho lo anterior, a lo largo de los capítulos, expusimos información que consideramos valiosa, sobre las experiencias de los y las adolescentes, padres y madres de familia y adultos jóvenes, misma que nos permite vincular estos relatos a la teoría que plantean los diversos autores retomados para esta investigación, en ese sentido, pretendemos

contribuir a la reflexión de las prácticas comunicativas que ejercen los padres y madres de familia con sus hijas o hijos adolescentes y al desarrollo de la empatía, respeto y tolerancia ante los cambios evolutivos que se presentan a lo largo de esta etapa. En general, para todas las personas, es importante que logren el reconocimiento de la comunicación como una medida, no sólo de prevención, sino para el fortalecimiento de las relaciones interpersonales, desarrollo emocional y resolución de conflictos, aunado a que la comunicación implica un proceso más amplio del que en realidad creemos que es; supone adentrarse en el mundo del otro, por lo que, hacerlo con respeto es lo ideal, puesto que al comunicarnos, compartimos nuestras ideas, sentimientos, pensamientos y emociones más personales; el acto comunicativo no sólo implica hablar, escuchar y contestar, adquiere otro sentido cuando se intentan mantener y construir relaciones sociales, familiares y laborales sanas.

Como egresadas de la carrera de pedagogía, consideramos que este trabajo aporta a los padres, madres y adolescentes, la oportunidad de darle calidad a sus interacciones y a la mejora continua de su dinámica familiar, reconocemos que no es una tarea sencilla que lo logren hacer de un día para otro, sino que supone una construcción persistente y participativa entre todos los integrantes de la familia.

Establecemos que esta investigación sea de ayuda para los padres y madres de familia, ya que los y las orienta a entender cómo funcionan las áreas del adolescente (social, escolar, familiar, etc.), de esa manera quizá logren entablar un diálogo y un acercamiento respetuoso, alejado de prejuicios e ideas erróneas sobre lo que vive y experimenta su hijo o hija. En el caso de los adolescentes se busca que de igual manera, logren identificar mediante las voces de otros, que tienen la oportunidad de evaluar responsablemente las situaciones que experimentan, hacerles ver que el proceso que atraviesan es válido, al igual que sus pensamientos, sentimientos y emociones y que, principalmente, con esta investigación logren una comprensión de sí mismos y de los demás.

Por último, dirigimos un enfoque hacia los adultos jóvenes, quienes al ser considerados precisamente adultos, pierden relevancia en el campo de la investigación, sus problemas se vuelven obsoletos y sus historias pierden sentido una vez que entran a este periodo de vida, por ello, en esta investigación buscamos darles una voz y un espacio en el que

pudieran hacer introspección de las situaciones que los han llevado a ser como son, mismas que siguen siendo valiosas para entender por qué son como son.

En el proceso de recolección de información, y haciendo una revisión general de planes y programas enfocados a la orientación, o en este caso, a la tutoría en educación secundaria, identificamos aquellas áreas de oportunidad que tiene la educación y las prácticas educativas para fungir igualmente como un actor preventivo para las y los adolescentes, esto debido a que pasan gran parte de su día en los planteles, por lo que, analizando esta situación, percibimos que las instituciones educativas tienen un papel crucial en la formación integral de la y el adolescente, no solo en su desarrollo académico, sino también en su bienestar emocional y social. En ese sentido, consideramos que deberían tomar un papel activo, ampliando los programas para abarcar temas de salud mental, relaciones familiares y, principalmente, implementar urgentemente estrategias y/o programas que permitan que el adolescente conozca sobre los estilos de comunicación, descritos en el capítulo 3, y desarrolle habilidades para que logre empatizar con los otros, además de comunicarse asertivamente y resolver conflictos. El desarrollo de estas habilidades va a permitir que el adolescente se desenvuelva con confianza y de forma efectiva en situaciones de su vida cotidiana.

La adolescencia es un tema que ha sido estudiado en incontables ocasiones, mucha de la bibliografía que revisamos hace énfasis en aspectos biológicos y fisiológicos que se viven en esta etapa, los inminentes cambios que produce a cierta edad el cuerpo, sin embargo, valoramos que quizá, futuras investigaciones puedan tener un enfoque que dé a conocer como las experiencias emocionales y sociales que los adolescentes atraviesan en su día a día, factores culturales, familiares, etc., siguiendo una línea como la que hemos intentado trazar en esta investigación, pero con mayor profundidad para conocer aquellos elementos que han ido conformando al adolescente o al adulto joven, incluso indagando en los primeros años de vida del individuo, que es igualmente importante y repercuten significativamente en las siguientes etapas.

Creemos que investigaciones que indaguen sobre otros aspectos, más allá de solo los físicos, pueden abrir un espacio para que se comprendan mejor las necesidades, pensamientos, preocupaciones y procesos internos de la o el adolescente, y así como sociedad o sector educativo, poder ofrecer y promover intervenciones más efectivas y

que se encuentren contextualizadas a las diferentes realidades que viven los y las adolescentes.

Dicho lo anterior, consideramos que ese es el enfoque que nos faltó, la información que aquí exponemos, si bien funge de guía o apoyo para padres y madres de familia, no es todo lo que se puede abarcar, quizá añadiendo algún taller, o incluso proporcionando recursos adicionales, podríamos enriquecer y profundizar en esta investigación. Este trabajo, nos permitió potenciar nuestro sentido de responsabilidad, afecto, empatía y escucha activa que fueron vitales para conectar con las historias de cada uno de los participantes de la investigación y poderles dar sentido y contextualización con los aspectos teóricos aquí expuestos, esto implicó todo un reto desde los inicios de la investigación, debido a que, como se ha mencionado, la adolescencia es un tema sumamente debatido e investigado, lo cual representó una ventaja y desventaja para nosotras, por un lado, fue beneficio en el sentido de que sabíamos que encontraríamos abundante información y representó desventaja porque no queríamos que nuestra investigación cayera en redundancias o repeticiones de otros contenidos en cuanto al tema de adolescencia, sin embargo, el haberle dado tal perspectiva a nuestra investigación nos permitió enriquecerlo desde diferentes áreas que incluyen a padres y madres de familia y adultos jóvenes.

Vincular la parte teórica con las experiencias de los sujetos tuvo igualmente sus complejidades, nos vimos en la extensa labor de analizar y reflexionar cada uno de los casos y cada una de las respuestas que nos brindaron, a fin de lograr integrarlas adecuadamente a los conceptos teóricos, sin duda, el estudio de caso, jugó un papel clave en esta investigación, ya que nos permitió lograr esta conexión entre la teoría y las respuestas de nuestros participantes, y además de alcanzar nuestros objetivos planteados previo al desarrollo de este trabajo.

Asimismo, la lectura de toda la bibliografía, de los diferentes autores y las diversas maneras en las que exponían la información, amplió nuestra comprensión y nos proporcionó una base sólida para abordar la investigación, permitiéndonos detallar aspectos que quizá no se presentan con frecuencia en otras investigaciones. Adquirimos información que fue clave para proporcionar a lo largo de la investigación, nuestras propias reflexiones y análisis al respecto de la adolescencia, comunicación y familia.

Finalmente, con toda la información presentada, podemos afirmar, desde nuestra visión, que las paternidades y maternidades ejercidas desde el respeto, amor y tolerancia, sí impactan en los hijas o hijos a lo largo de su vida, también resaltamos la importancia de siempre mantenernos informados en los cambios sociales y culturales que influyen directamente en los adolescentes y mantener una buena comunicación, que es la base de toda buena relación. Como padres de familia, prestarse a escuchar, a entender y a guiar respetuosamente, conlleva beneficios en las relaciones familiares y de manera implícita, influyen en cómo el y la adolescente se relacionan en su exterior.

El fortalecimiento de los lazos familiares es fundamental para el crecimiento saludable, lo que puede resultar en relaciones benéficas en la adultez. La familia sigue siendo un pilar fundamental que moldea la identidad de los adolescentes, permitiendo la cohesión social y el desarrollo de valores cruciales para la vida en sociedad. Para que esto pueda suceder, el primer paso, viene de los padres y madres de familia, no sólo haciendo una reflexión sobre sus dinámicas familiares, sino modificarlas continuamente para su mejora, pensando que esto les implicará un esfuerzo mayor, pero a su vez, les traerá como familia, beneficios en su hogar y principalmente, velando por el bienestar de sus hijas o hijos a corto, mediano y largo plazo. Entendemos que, aunque muchas veces, por temas de índole personal, se encuentren ocupados, siempre será necesario e incluso obligatorio, hacer un espacio para dar oportunidad a que sus hijas o hijos se sientan escuchados, valorados, entendidos y queridos.

REFERENCIAS

Aberastury, A., y Knobel, M. (1985). *La adolescencia normal*. México: Editorial Paidós.

Alcaraz, V., y Martínez, L. (1997). Diccionario de Lingüística Moderna. https://es.scribd.com/document/358408492/1997-Diccionario-de-lingu-i-sticamoderna-Enrique-Alcaraz-Varo-Mari-a-Antonia-Marti-nez-Linares

Almario, J. (2022). *Una mirada existencial a la Adolescencia*. Colombia: Editorial El manual Moderno.

Álvarez, A., y Hernández, V. (2021). Comunicación entre padres e hijos adolescentes sobre conductas de riesgo para la salud, en. *Revista ACC CIETNA para el cuidado de la salud, 8 (1). https://doi.org/10.35383/cietna.v8i1.569*

Aparici, R., y Silva, M. (2012). Pedagogía de la interactividad, en. *Comunicar*, *XIX (38).* https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=15823083007

Artola, T. (2002). *Situaciones cotidianas de tus hijos adolescentes*. Madrid: Ediciones Palabra.

Benitez, M. (2017). La familia: Desde lo tradicional a lo discutible, en. *Novedades en población, 13(26).* http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S18174078201700020005

Capano, Á., y Ubach, A. (2013). Estilos parentales, parentalidad positiva y formación de padres, en. *Ciencias Psicológicas*, *7(1).* http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1817-40782017000200005

Cisneros, A., Guevara, A., Urdánigo, J., y Garcés, J. (2022). Técnicas e instrumentos para la recolección de datos que apoyan a la investigación científica en tiempo de pandemia*, en. Revista Científica DOMINIO DE LAS CIENCIAS, 8(1).* https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8383508

Cobo, R. (1996). Sociedad, democracia y patriarcado en Jean Jacques Rousseau, en. *Papers. Revista de sociología, 50.*

https://ddd.uab.cat/pub/papers/02102862n50/02102862n50p265.pdf

Cruz, L. (2017). *Proceso de comunicación*. Knoom https://knoow.net/es/cieeconcom/marketing-es/proceso-de-comunicacion/

Del Barrio, J., y Salcines, I. (2012). Características de la comunicación entre los adolescentes y su familia*, en. INFAD Revista de psicología, 1(1)*. https://www.redalyc.org/pdf/3498/349832342040.pdf

Díaz, L., Torruco, U., Martínez, M., y Valera, M. (2013). La entrevista, recurso flexible y dinámico, en. *Investigación en Educación Médica, Revista Facultad de Medicina UNAM,2(7).* https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S200750572013000300009

Domínguez, M. (2009). La importancia de la comunicación no verbal en el desarrollo cultural de las sociedades, en. *Razón y Palabra, 14(70).* https://www.redalyc.org/pdf/1995/199520478047.pdf

Engels, F. (1884). El origen de la familia, la propiedad privada y el estado. Alemania: Colofón.

https://www.marxists.org/espanol/m-e/1880s/origen/el_origen_de_la_familia.pdf

Erikson, E. (1992). *Identidad, juventud y crisis*. España: Editorial Taurus.

Escudero, C., y Cortez, L. (2017). *Técnicas y métodos cualitativos para la investigación científica*. Ecuador: Editorial UTMACH

Fandiño, P. (2011). Los jóvenes hoy: enfoques, problemáticas y retos, en. *Revista iberoamericana de educación superior*, *2*(4). http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-28722011000200009&lng=es&tlng=es

Fernández, E. (2011). La comunicación no verbal en el aula. *Educación y Futuro, 24*.

Fernández, P. (2018). La importancia de la técnica de la entrevista en la investigación en comunicación y las ciencias sociales. Investigación documental. Ventajas y limitaciones, en. *Revista Sintaxis, 7(1).* https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8521838

Flórez, A., y Thomas, J. (1993). La Teoría General de Sistemas*,* en. *Revistas UN, Cuadernos de Geografía, 4(1-2).* https://revistas.unal.edu.co/index.php/rcg/article/view/70711/64920

Fonseca, M. (2000). *Comunicación oral.* Fundamentos y práctica estratégica. México: Editorial Pearsons Educación.

Frías, A. (2000). Una Aproximación Al Concepto Comunicación Y Sus Consecuencias en la práctica de las Instituciones*,* en*. Nómadas. Revista Crítica de Ciencias Sociales y Jurídicas, (1).* https://www.redalyc.org/pdf/181/18100103.pdf

Gallego, G., y Vidal, S. (2018). La amistad elemento clave de la comunicación y relación, en. *Revista de comunicación de la SEECI, (44).* https://doi.org/10.15198/seeci.2017.44.15-31

Gómez, F. (2016). La Comunicación*,* en. *Revista de la Facultad de Ciencias de la Salud, 20(3).* https://www.redalyc.org/pdf/3759/375949531002.pdf

González, R., Martín, S., y Roing, S. (2013). *Queriendo se entiende la familia. Guía de intervención sobre parentalidad positiva para profesionales*. Save the Children. https://resourcecentre.savethechildren.net/pdf/queriendo_se_entiende_la_familia_vo k.pdf/

Guardia de Viggiano, V. (2019). *Lenguaje y comunicación.* Costa Rica: Editorial CECC/ SICA. https://apiperiodico.jalisco.gob.mx/api/sites/periodicooficial.jalisco.gob.mx/files/lengu aje_y_comunicacion-nisla_victoria_guardia_de_viggiano.pdf

Guzmán, L. (2017). *La Familia. Escuela para Padres.* Colegio de Ciencias y Humanidades. Dirección General, Portal Padres de Familia. https://www.cch.unam.mx/padres/sites/www.cch.unam.mx.padres/files/archivos/01-La-Familia-LG.pdf

Hernández, S., Fernández, C., Baptista. L, y, Del Pilar. M (2014). *Metodología de la investigación.* México: McGraw Hill Interamericana Editores.

Isorna, M. (2008). *Experiencias de convivencia escolar. Importancia de la asertividad:* De Padrón a Catoira. https://revistas.comillas.edu/index.php/padresymaestros/article/view/159

Izzedin. B., y Pachajoa. L. (2009). Pautas, prácticas y creencias acerca de crianza... ayer y hoy, en. *Liberabi, 15(2).* http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729482720090002 00005&lng=es&tlng=es.

Jiménez, T., Musitu, G y Murgui, S. (2005). Familia, apoyo social y conducta delictiva en la adolescencia: efectos directos y mediadores, en. *Anuario de psicología, 36(2).* https://www.uv.es/~lisis/gonzalo/7_musitu.pdf

Krauskopof, D. (1999). El desarrollo psicológico en la adolescencia: las transformaciones en una época de cambios, en. *Adolescencia y Salud, 1(2).* http://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1409-41851999000200004&lng=en&tlng=es

Lara. J. (1996). Adolescencia: cambios físicos y cognitivos, en. *Revista de la facultad de Educación Albacete (11).* https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/2282696.pdf

Laufer, D., Davrieux, M., y García, L. (2023). Desarrollo puberal en la niña y adolescente, en. *Archivos de Pediatría del Uruguay, 94(nspe).* https://doi.org/10.31134/ap.94.s1.3

Ley General de los Derechos de Niñas, Niños y Adolescentes. Diario Oficial de la Federación, 4 de abril de 2014. Recuperado de: https://www.dof.gob.mx

Lillo, J. (2004). Crecimiento y comportamiento en la adolescencia, en. *Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría, (90).* http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0211-57352004000200005&lng=es&tlng=es

López, M y Gáfaro, A. (2021). *Un adolescente en casa. Conózcalo, compréndalo y construya una buena relación*. Colombia: Editorial Panamericana.

Makarenko, A. (1954). A book for parents. Progress Publisher. Moscow

https://michaelharrison.org.uk/wp-content/uploads/2022/04/A-Book-for-Parents.pdf

Makarenko, A. (1999). Conferencias de educación infantil. México: Editorial Quinto Sol.

Martínez, M. (1994). *Instrumentos de análisis del discurso escrito*. Colombia: Universidad del Valle.

Martínez, V. (2015). La familia: una visión interdisciplinaria, en. *Revista Médica Electrónica, 35(5).* http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1684-18242015000500011&lng=es

Medina, F., Tinajero, V., y Rodríguez, J. (2013). La Orientación Educativa en la Escuela Secundaria: una práctica olvidada, en. *Revista Mexicana de Orientación Educativa, 10(25).* http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665752720130002000012&lng=pt&tlng=es.

Mondragón, J. (2012). *Habilidades y estrategias de comunicación en el proceso de mediación. La Mediación en el Ámbito Penal/Criminológico.* https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/2566

Montanero. M. (2002). Áreas prioritarias de la orientación en el contexto educativo.

Una propuesta de revisión, en. *Educación XX, (5).* https://www.redalyc.org/pdf/706/70600509.pdf

Morales, C. (2020). El rol del orientador como agente dinamizador del escenario educativo y social, en. *Revista Innovaciones Educativas, 22(32).* https://dx.doi.org/10.22458/ie.v22i32.2903

Morduchowicz, R. (2014, marzo 10). *Los adolescentes y las redes sociales* [Video]. Fundación Telefónica Movistar. YouTube: https://youtu.be/unE_juaB_Ds?si=tyNUWjPEc4bEvd2P

Nicolson, D. y Ayers, H. (2002). *Problemas de la adolescencia. Guía práctica para el profesorado y la familia.* Madrid: Narcea.

Otzen, T., y Manterola, C. (2017). Técnicas de muestreo sobre una población de estudio, en. *Revista International Journal of Morphology, 35(1).* https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S071795022017000100037&script=sci_arttext

Pimienta, R. (2000). Encuestas probabilísticas vs. No probabilísticas, en. *Política y cultura (13).* https://www.redalyc.org/pdf/267/26701313.pdf

Pineda, S., y Aliño, M. (2002). El concepto de la adolescencia, en. *Manual de prácticas clínicas para la atención integral a la salud de la adolescencia.* https://www.studocu.com/ec/document/instituto-tecnologico-superiorespana/geriatria/12-el-concepto-de-adolescencia-articulo-autor-dra-susana-pinedaperez-y-dra-miriam-alino-santiago/36684646

Ramírez, M., Rivas, E., y Cardona., C. (2019). La metodología de estudio de caso como método docente, en. *Revista Espacios, 40(17).* https://www.revistaespacios.com/a19v40n17/a19v40n17p16.pdf

Rousseau, J. (1762). Emilio o de la educación. Suiza. https://www.heterogenesis.com/PoesiayLiteratura/BibliotecaDigital/PDFs/JeanJacquesRouseeau-Emilioolaeducacin0.pdf

Rubio, L. (2017). Habilidades de comunicación eficaz en relaciones interpersonales. En García, A. (Coord.), *Competencias sociales en las relaciones interpersonales y grupales*. Madrid: Editorial Pirámide.

Sánchez. C. (2017). La orientación educativa en la universidad desde la perspectiva de los profesores*,* en. *Revista Universidad y Sociedad, 9(3).* http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2218362020170003000006&lng=es&tlng=es.

Scarpati, M., Pertuz, M., y Silva, A. (2014). Límites, reglas, comunicación en familia monoparental Con hijos adolescentes, en. *Diversitas: Perspectivas en Psicología, 9(3).*http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1794999820140002000004&lng=en&tlng=es.

SEP. (2023). *De lo humano y lo comunitario, Tercer grado.* México: Colección Nanahuatzin. https://libros.conaliteg.gob.mx/2024/S3HUA.htm#page/1

SEP. (2022). *El Plan de Estudio para la Educación Preescolar, Primaria y Secundaria.*

SEP. (2019). Ley General de Educación (Decreto publicado en el Diario Oficial de la Federación el 13 de Julio de 2019).

Silva, A. (2008). Ser adolescente hoy, en. *Revista Venezolana de Sociología y Antropología, 18(52)*. https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=70517520005.

Stake, R. (1998). *Investigación con estudio de casos*. Londres: Ediciones Morata.

Tanguenca, J., y Vega, Ma. (2012). Técnicas de investigación social. Las entrevistas abierta y semidirecta, en. *Revista de investigación en ciencias sociales y humanidades, 1(1).* https://www.uaeh.edu.mx/investigacion/productos/7465/tecnicas_de_investigacion_s ocial-_las_entrevistas_abiertas_y_semidirectivas.pdf

Tessier, G. (2001). *Comprender a los Adolescentes.* España: Editorial Octaedro.

Tuirán, R. y Salles, V. (1997). V*ida familiar y democratización de los espacios privados.* México: El Colegio de México.

UNAM. (2018). *Diplomado de desarrollo de habilidades directivas*. https://www.campusvirtual.mineria.unam.mx/Mineria/Diplomados/DHabilidades/Docu mentos/M3T7_PDF.pdf

UNICEF. (2015). *¿Te suena familiar? Guía para la familia.* Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. https://www.unicef.org/chile/media/4761/file/Te%20suena%20familiar.pdf

Uriarte, J. (2005). La resiliencia. Una nueva perspectiva en psicopatología del desarrollo, en. *Revista de Psicodidáctica10(2).*https://www.redalyc.org/pdf/175/17510206.pdf

Vicente de Castro, F., y Caballinas, M. (2012). La Familia. Una realidad Histórica y Sociocultural, en. *Revista Galego-portuguesa de psicología y educación, 18(2).* https://core.ac.uk/download/pdf/61903168.pdf

ANEXOS

ANEXOS

Anexo 1

ENTREVISTA PARA ADOLESCENTES

Fecha:

La información recabada de esta entrevista será confidencial y utilizada únicamente para fines académicos

Nombre:

Edad:

PERSONAL

- ¿Qué ha sido lo más difícil de haber entrado a la etapa de la adolescencia?
- ¿Cómo te han hecho sentir todos los cambios físicos/emocionales que has tenido?
- ¿Qué consideras que ha sido lo mejor de la adolescencia?
- ¿Quiénes son tus personas de mayor confianza? Y ¿Por qué las consideras de confianza?
- ¿Cuáles han sido los momentos más importantes de tu vida hasta ahora?

FAMILIAR

- ¿Cómo sientes que te llevas con tus papás?
- ¿Cómo es la confianza que le tienes a tus papás?
- ¿Cuáles son los temas de los que sientes que no puedes hablar con ellos?
- ¿Cómo crees que ha cambiado la relación con tus padres desde que eres adolescente?
- Con respecto a los cambios que has tenido que enfrentar en esta etapa, ¿Cómo ha sido el apoyo de tus padres para sobrellevarlos?
- Para ti ¿qué es la familia?

SOCIALES

- ¿Qué cosa crees que los adultos no entienden de los adolescentes?
- ¿Cómo describirlas un día perfecto desde que te levantas hasta que te acuestas?
- ¿Cómo es la convivencia con tu grupo de amigos? ¿Qué actividades realizan?
- ¿Por qué consideras que existe mayor confianza entre amigos que entre padres e hijos?

Anexo 2

CUESTIONARIO

Fecha:

A continuación, presentamos un cuestionario dirigido a los padres de familia, la información aquí expuesta será confidencial y utilizada únicamente para fines académicos

INSTRUCCIONES: Contesta de manera verídica las siguientes preguntas, tratando de profundizar en cada una de las preguntas

1. ¿Cómo es la relación con sus hijos adolescentes?
2. ¿Qué ha sido lo más complejo de tener un adolescente en casa?
3. ¿Cómo es la comunicación que tienen padres e hijos?
4. ¿Cómo consideras que impacta la comunicación que tienen en el desarrollo del adolescente?
5. ¿Qué temas consideras complicados tratar con sus hijos?
6. ¿Cuál ha sido el apoyo que les han dado para sobrellevar los cambios durante la adolescencia?
7. ¿Cómo ha cambiado la confianza entre ustedes y sus hijos desde que son adolescentes?
8. ¿Cómo ha cambiado la relación/interacción familiar desde que los hijos entran a la adolescencia?
9. En caso de que exista un distanciamiento entre padres e hijos, ¿Por qué crees que suceda?, ¿Le ha sucedido?, ¿Cómo lo ha trabajado?
10. ¿Cómo describiría su forma de convivencia familiar?
11. ¿Qué significa para usted la familia?

Anexo 3

CUESTIONARIO

Fecha:

A continuación, te presentamos un cuestionario dirigido a adultos entre 25-30 años de edad, la información aquí expuesta será confidencial y utilizada únicamente para fines académicos

INSTRUCCIONES: Contesta de manera verídica las siguientes preguntas, tratando de profundizar en cada una de las respuestas.

1. ¿Qué crees que fue lo más complicado de ser adolescente?
2. ¿Cuáles eran aquellos temas que se te hacían más difíciles de abordar con tus padres? Y ¿por qué?
3. ¿Cuáles fueron las áreas de vida que durante tu adolescencia más cambios tuvieron?
4. ¿De qué manera tus padres te apoyaron y/o guiaron para sobrellevar los cambios durante esta etapa?
5. ¿Consideras que la relación y comunicación con tus padres tuvo algún cambio cuando eras adolescente?, ¿por qué?
6. Describe cómo era la relación y la comunicación que existía con ellos
7. ¿Crees que la relación que tenían tuvo algún impacto en tú yo adolescente?, ¿Cuál fue?
8. ¿Cómo crees que tu etapa adolescente y, principalmente, la comunicación con tus padres impactó en tu ahora adultez?
9. ¿Cuáles fueron aquellos elementos de tu adolescencia que te ayudaron durante tu desarrollo en la vida adulta?
10. ¿Cómo podrías describir la forma en que tus padres te educaron?, ¿Crees que hay algo que te hubiera gustado que hicieran diferente?