



UNIVERSIDAD NACIONAL PEDRO RUIZ GALLO



FACULTAD DE CIENCIAS HISTÓRICO SOCIALES Y EDUCACIÓN

UNIDAD DE POSTGRADO

PROGRAMA DE MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA

PROPUESTA DE UN PROGRAMA DE AMOR Y LÍMITES EN ADOLESCENTES DE NIVEL SECUNDARIO CON ESTILOS DE CRIANZA EN UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE LA PROVINCIA DE CHOTA.

TESIS PRESENTADA PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE
MAESTRO EN PSICOLOGÍA, CON MENCIÓN EN: PSICOLOGÍA
CLÍNICA Y DE LA SALUD

AUTOR:

BACH. PS. FIORELA YESMITH LLATAS CHAVEZ

**LAMBAYEQUE – PERÚ
2016**

**PROPUESTA DE UN PROGRAMA DE AMOR Y LÍMITES EN
ADOLESCENTES DE NIVEL SECUNDARIA CON ESTILOS DE
CRIANZA EN UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE LA PROVINCIA DE
CHOTA.**

PRESENTADO POR:

IORELA YESMITH LLATAS CHÁVEZ
AUTORA

M. Sc. MARÍA DEL PILAR FERNANDEZ CELIS
ASESORA

APROBADO POR:

DR. MANUEL BANCES ACOSTA
PRESIDENTE

M. Sc. RAQUEL TELLO FLORES
SECRETARIA

M. Sc. CARLOS REYES APONTE
VOCAL

**LAMBAYEQUE – PERÚ
2016**

DEDICATORIA

A Dios por cuidarme en cada viaje que hice para iniciar y concluir mis estudios, por ser el que dispone de todo lo que hago en mi vida, por darme una familia hermosa. Gracias Señor.

A mi madre y mi suegra; por su apoyo incondicional en el cuidado de mi hijo cuando viajaba a mis clases, gracias por estar junto a nosotros y gracias por permitirme seguir creciendo profesionalmente.

A mi esposo y mi hijo por ser mi inspiración y mi motor a seguir luchando por lograr mis metas personales y profesionales.

AGRADECIMIENTO

Quiero expresar mi sincero agradecimiento:

A mis asesores:

M. Sc. María del Pilar Fernández Célis

Gracias, por su orientación, tiempo dedicado para guiarme a elaborar la presente tesis.

A los docentes de la Maestría, por brindarnos y compartir sus conocimientos para seguir creciendo profesionalmente.

A mis compañeros de aula por su apoyo y amistad brindado durante la maestría; especialmente a mi colega Ps. Rosita Yovera Puican.

A todas las personas que de alguna manera apoyaron para cumplir el presente trabajo.

ÍNDICE

Dedicatoria	03
Agradecimiento	04
Resumen	06
Abstract	07
Introducción	08
CAPÍTULO I	
ANÁLISIS DEL OBJETO DE ESTUDIO	
1.1. Ubicación	12
1.2. Evolución Histórica Tendencial del Objeto de Estudio	12
1.3. Características del Problema	14
1.4. Metodología	15
CAPÍTULO II	
MARCO TEÓRICO	
2.1. Teorías del Programa Amor y Límites	22
2.2. Estilos de Crianza	23
2.3. Familias	29
2.4. Padres	29
2.5. Adolescentes	50
CAPÍTULO III	
ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS DE O LOS	
INSTRUMENTOS UTILIZADOS	61
PRESENTACIÓN DE LA PROPUESTA	61
CONCLUSIONES	72
RECOMENDACIONES	73
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	74
ANEXOS	77

RESUMEN

La presente investigación se desarrolló en una Institución Educativa de Nivel Secundario; ubicada en la Provincia de Chota, Departamento de Cajamarca.

El problema surge por los resultados mostrados por la coordinadora de Salud Mental de la Dirección de Salud Chota, quien manifestó que el mayor indicador de problemas de salud mental se encuentra en la etapa de vida adolescentes con problemas de violencia intrafamiliar, especialmente de padres a hijos por inadecuados estilos de crianza. Asimismo, según referencias de algunos docentes de dicha institución, manifiestan que algunos alumnos están iniciando en el consumo de alcohol a su corta edad y que los padres no saben qué hacer ante dicha situación. Además, en el año 2014 en el Hospital José Soto Cadenillas de la Provincia de Chota se registró según el área de Salud Mental dos casos de intento de suicidio en adolescentes por problemas frecuentes con sus padres.

Tras el procesamiento de datos, los resultados obtenidos indican que, en la población de estudio predomina el Estilo de crianza Negligente con un 37%, estos resultados nos indica que en nuestra población de estudio los padres muestran poco o ningún compromiso con su rol de padres; asimismo a los padres les faltan respuestas afectivas o de control conductual en situaciones diarias y/o en aquellas en que críticamente se requieren.

La presente investigación tiene como objetivo proponer un programa de “Amor y límites” en adolescentes de nivel secundaria con estilos de crianza en la institución educativa de la Provincia de Chota. Asimismo, dicha investigación servirá para que el director, junto con los docentes y padres de familia realicen acciones oportunas y pertinentes en beneficio de los adolescentes.

Palabras Claves: Amor y límites, Estilos de Crianza, Adolescentes, Familias

ABSTRACT

The present investigation was developed in a Secondary Education Institution; located in the Province of Chota, Department of Cajamarca.

The problem arises from the results shown by the Coordinator of Mental Health of the Health Directorate Chota, who stated that the greatest indicator of mental health problems is in the life stage adolescents with intrafamily violence problems, especially from parents to children for inadequate parenting styles. Also, according to references of some teachers of said institution, they state that some students are starting to consume alcohol at their young age and that parents do not know what to do in such situation. In addition, in 2014 at the José Soto Cadenillas Hospital in the province of Chota, two cases of attempted suicide in adolescents due to frequent problems with their parents were recorded according to the area of Mental Health.

After the processing of data, the results obtained indicate that, in the study population, the Negligent Parenting Style predominates with 37%. These results indicate that in our study population the parents show little or no commitment to their role as parents. ; Likewise, parents lack affective or behavioral control responses in daily situations and / or in those in which they are critically needed.

The objective of this research is to propose a program of "Love and limits" in adolescents of secondary level with styles of upbringing in the educational institution of the Province of Chota. Likewise, this investigation will help the director, together with the teachers and parents, to take appropriate and pertinent actions for the benefit of the adolescents.

Key Words: Love and limits, Parenting styles, Adolescents, Families

INTRODUCCIÓN

La familia, es considerada el núcleo base de la sociedad, es en ella donde se recibe la educación para la vida, es la primera escuela social donde se entregan los cimientos para la formación socio afectiva y de relaciones interpersonales.

Según el Plan Nacional de Salud Mental (2005), en estudios realizados en la sierra peruana (Ayacucho, Cajamarca y Huaraz), se encuentra indicadores sobre estilos de crianza y su relación con la salud mental. En dicho estudio se evidencia una mayor prevalencia de estilos de crianza negativos en Ayacucho y de sobreprotección en Huaraz. Asimismo, un incremento de la prevalencia de trastornos psiquiátricos en las personas que han recibido estilos de crianza negativos. Por ejemplo, el maltrato infantil bajo la forma de “le dieron más castigos de los que merecía” tiene el impacto más alto en todos los trastornos (50%). Además, la falta de amor y ternura de los padres ocupa el mayor número de personas que padecen trastornos de ansiedad y depresión: 29.1% y 24% respectivamente.

Además el Instituto Nacional de Salud Mental “Honorio Delgado Hideyo Noguchi” (2002), Citado en el Plan Nacional de Salud Mental (2005), Manifiesta que en los adolescentes de Lima Metropolitana y del Callao, Los estilos parentales de crianza están fuertemente asociados al riesgo de presentar consumo perjudicial, dependencia al alcohol, siendo necesario favorecer una expresión afectiva positiva, control e interés, sumado a una equidad en el trato a los hijos, ya que su percepción en los individuos se asocia a un menor riesgo para presentar consumo perjudicial o dependencia alcohólica.

Asimismo, en la Dirección de Salud Chota a través del análisis situacional de salud mental del año 2015, se registró, que el mayor indicador de problemas de salud mental se encuentra en la etapa de vida adolescentes con 906 casos registros, de los cuales el 43% son víctimas de violencia intrafamiliar en sus hogares por inadecuados estilos de crianza, el 25 % presentan problemas de depresión, el 13% problemas de alcoholismo, el

11% problemas de ansiedad y el 8% problemas de episodios de psicosis e intentos de suicidio.

Se realiza esta investigación ya que algunos docentes de dicha institución en estudio, manifiestan que algunos alumnos están iniciando en el consumo de alcohol a su corta edad y que la mayoría de padres de familia abandonan emocionalmente a sus hijos. Además, en el año 2014 en el Hospital José Soto Cadenillas de la Provincia de Chota se registró según los datos epidemiológicos del área de Salud Mental dos casos de intento de suicidio en adolescentes de la institución educativa en estudios, por problemas de inadecuados estilos de crianza con sus padres.

La presente investigación tiene como objetivo proponer un Programa de “Amor y Límites” en adolescentes de nivel secundario con estilos de crianza. Asimismo se plantea los siguientes objetivos específicos: 1). Describir los Estilos de Crianza en los Adolescentes en una Institución Educativa de Chota 2016. 2). Describir la escala de Crianza: “Compromiso” en los Adolescentes de una Institución Educativa de Chota 2016. 3). Describir el aspecto de Crianza: “Autonomía Psicológica” en los Adolescentes de una Institución Educativa de Chota 2016. 4). Describir el aspecto de Crianza: “Control Conductual” en los Adolescentes de una Institución Educativa de Chota 2016. Por otro lado esta investigación servirá para que las autoridades, directores junto con su plana docente y APAFA realicen acciones oportunas y pertinentes en beneficio de la Salud Mental del alumnado. Así mismo nuestro estudio servirá como fuente y antecedente de futuras investigaciones con similar variable y población.

En el capítulo I: Presenta el análisis del objeto de estudio, el mismo que comprende la descripción geopolítica de la Provincia de Chota lugar donde se está realizando el estudio. Asimismo, la evolución de la variable estilos de crianza y las tendencias que presenta junto a la problemática y la metodología utilizada en la presente investigación.

En el capítulo II: Se aborda el marco teórico, con información referente a las variables objeto de investigación: Propuesta de un Programa de Amor

y Límites en Adolescentes de nivel Secundario con Estilos de Crianza en una Institución Educativa de la Provincia de Chota.

En el capítulo III: Comprende el análisis y discusión de los resultados, los cuales han sido presentados en tablas y gráficos estadísticos. Asimismo, presenta la propuesta del programa “Amor y Límites”, que tiene como objetivo mejorar los estilos de crianza.

CAPÍTULO I

CAPÍTULO I: ANÁLISIS DEL OBJETO DE ESTUDIO

1.1. Ubicación

La presente investigación se desarrolló en una Institución Educativa de Nivel Secundaria; ubicada en la Provincia de Chota, Departamento de Cajamarca.

Villanueva, J. (2011) menciona que el Glorioso y Emblemático Colegio, tiene 155 años de creación y servicio a la educación nacional. Fue creado el 15 de mayo de 1861, por el Mariscal Ramón Castilla y Marquesado, haciendo realidad el proyecto presentado por el diputado Chotano don José Manuel Osoreo Cuervo.

La Ley aprobada contempla que el colegio debe impartir instrucción a la Provincia de Jaén, así como a Cutervo, Hualgayoc, Bambamarca, San Miguel, Llapa, Niepos y Santa Cruz, pueblos que en aquel entonces no tenían colegio. Dado su prestigio y ambiente estudiantil favorable, llegaban también estudiantes de la costa.

El antiguo local declarado Monumento Histórico, siempre ha sido afectado en su funcionamiento y presentación material. Los chilenos lo ocuparon y lo incendiaron junto con la ciudad el 30 de agosto de 1882, y en 1924 las tropas de Leguía lo utilizaron como cuartel por el enfrentamiento de Chotanos y sanjuanistas reaccionarios al gobierno dictatorial.

En la actualidad el colegio San Juan de Chota cuenta con una moderna infraestructura que alberga a más de 2000 alumnos quienes cada año ganan diferentes concursos académicos, culturales y deportivos a nivel local y nacional y de cuyas aulas van egresando e ingresando a las mejores universidades a nivel local, nacional e internacional.

1.2. Evolución Histórica Tendencial del Objeto de Estudio.

Darling & Steinberg (1993) citado por Rodríguez, D. y Torres, N. (2013); manifiestan que los estilos de crianza es una “constelación de actitudes hacia los hijos que son comunicadas hacia ellos, y que tomadas en conjunto crean un clima emocional en que se expresan las conductas de los padres”. De acuerdo al objeto de estudio de estilos de crianza.

Navarrete, P. (2011). Realizó un estudio sobre estilos de crianza y calidad de vida en adolescentes que presentan conductas disruptivas en el aula. Entre sus resultados más importantes fueron: que los padres que se relacionan con sus hijos bajo el estilo parental con autoridad logran una adecuada adaptación de sus hijos tanto a la vida familiar como a la vida escolar, a diferencia de aquellos padres en los cuales predomina el estilo autoritario o permisivo, en que la respuesta de los hijos sería la manifestación de una deficiente adaptación a la vida familiar y escolar, generando dificultades en las relaciones que establecen tanto con los adultos como con sus pares. Así mismo el estudio demuestra que aquellos padres que presentan un marcado estilo de crianza con autoridad son padres que se sienten con un alto nivel de realización en su rol de padres frente a la educación de sus hijos, se sienten dando respuesta a lo que la sociedad espera de ellos, a hacer lo correcto. Por otro lado De León, V. y Torres, M. (2007). En su investigación estilos de crianza y plan de vida en adolescentes de Maracaibo. Encontraron entre sus más importantes resultados que en la muestra estudiada existe un predominio del estilo de crianza democrático en un 78%, seguido del estilo autoritario con 12 % y finalmente el estilo permisivo con un 7%. Concluyendo que existe mayor tendencia a criar a los hijos de forma democrática.

Por otro lado Rodríguez, D y Torres, N (2013) en su investigación Estilos de crianza y Agresividad en estudiantes de Secundaria, Chiclayo, en su muestra de 196 alumnos, encontraron una predominancia en estilos de crianza mixto que nos indica que los alumnos perciben ciertas ambivalencias en cuanto a la medida coercitiva y estilos de crianza negligente donde los alumnos perciben poco interés en el rol de sus padres, mostrándose distantes en lo que respecta en la afectividad entre padres e hijos.

Según el Plan Nacional de Salud Mental (2005), en estudios realizados en la sierra peruana (Ayacucho, Cajamarca y Huaraz), se encontró indicadores sobre estilos de crianza y su relación con la salud mental. Encontraron una mayor prevalencia de estilos de crianza negativos en

Ayacucho y de sobreprotección en Huaraz. Asimismo, un incremento de la prevalencia de trastornos psiquiátricos en las personas que han recibido estilos de crianza negativos. Por ejemplo, el maltrato infantil – bajo la forma de “le dieron más castigos de los que merecía”- tiene el impacto más alto en todos los trastornos (50%). Además, la falta de amor y ternura de los padres ocupa el mayor número de personas que padecen trastornos de ansiedad y depresión: 29.1% y 24% respectivamente. Nuevamente, tenemos un indicador que nos obliga a intervenir a favor de la infancia y adolescencia como prioridad en la promoción y prevención de salud mental.

Instituto Nacional de Salud Mental “Honorio Delgado Hideyo Noguchi” (2002), Manifiesta que en los adolescentes de Lima Metropolitana y del Callao, Los estilos parentales de crianza están fuertemente asociados al riesgo de presentar consumo perjudicial, dependencia al alcohol, siendo necesario favorecer una expresión afectiva positiva, control e interés, sumado a una equidad en el trato a los hijos, ya que su percepción en los individuos se asocia a un menor riesgo para presentar consumo perjudicial o dependencia alcohólica.

1.3. Características del Problema

Según el Plan Nacional de Salud Mental (2010), manifiesta que según el estudio Epidemiológico Metropolitano de Salud Mental (INSM, 2002), encontró una importante asociación entre indicadores de *pobreza* y los trastornos ansiosos y depresivos. Esto ha remarcado la importancia y la necesidad de considerar los aspectos socioeconómicos en el estudio de la Salud Mental de la población. Este estudio indicó la prevalencia anual de cualquier trastorno psiquiátrico se encontraba en 41.8% entre los más pobres frente a 15,8% entre los menos pobres. Asimismo, existen otros problemas sociales que tienen claros componentes de salud mental que abordar. Es el caso de la *violencia juvenil*, cuyas causas poco se han estudiado, haciéndose mención de algunas como: problemas familiares, falta de oportunidades y canales de participación y recreación. Otro problema es el *embarazo en adolescentes*; de acuerdo al INEI el 13% de las adolescentes entre 15 y 19 años está

embarazada o ya es madre. El embarazo adolescente, además de los riesgos de salud física, ocasiona también repercusiones emocionales y psicosociales todavía poco abordadas.

Por otro lado, en la Provincia de Chota, que es considerada como “Cuna de la Rondas Campesinas”; existen específicamente en las zonas rurales las organizaciones ronderiles, organizaciones creadas por el Campesinado, quienes tratan diversos tipos de problemas que se presentan como los conflictos sobre los recursos o bienes, las deudas o las herencias, la violencia familiar, los robos, los homicidios. Sin embargo, la aplicación de la justicia ronderil implica una serie de criterios propios de la realidad campesina la misma que ha sido cristalizado en un área geográfica durante milenios. El tipo de sanciones que realizan se expresa en sanciones como la "ley de hielo" (que consiste en no hablarle a un transgresor), la "hortigueada" o flagelamiento con una soga vegetal y, más drásticamente, la expulsión permanente de la comunidad. Otras sanciones son "el paseo calato" (el infractor es mostrado desnudo en público), el "paseo vestido de mujer". Por otro lado, en las rondas de Cajamarca ha existido denuncias de abusos cometidos por ronderos (en estado de ebriedad) en los casos en que se aplica las sanciones como "pencazos", "ortigueadas", "cortadas de pelo" y en algunos casos dichas acciones le ha causado hasta la muerte. Estos actos han sido descritos como delitos de usurpación de la autoridad y delitos de agresión y violación de los derechos humanos. La reciente crítica ha llamado la atención sobre la violencia implícita que está en contra de los derechos humanos.

El problema surge por las referencias del director, docentes de la Institución Educativa quienes manifiestan su preocupación indicando que algunos de sus alumnos están iniciando el consumo de alcohol y drogas, por motivos de que los padres de familia se evocan exclusivamente a sus actividades laborales y quehaceres del hogar, dejando de lado la salud emocional y el desempeño escolar de sus hijos. Además, en el año 2014 en el Hospital José Soto Cadenillas de la Provincia de Chota se registró según el área de Salud Mental 2 casos

de intento de suicidio en adolescentes de la institución educativa en estudio, por problemas de estilos de crianza inadecuados. Asimismo, a través del análisis situacional de salud mental del año 2015, muestra que el mayor indicador de problemas de salud mental se ha registrado en la etapa de vida adolescentes con 906 casos, prevaleciendo en ello los problemas de violencia intrafamiliar (43%) especialmente de padres a hijos por inadecuados estilos de crianza, depresión (25%) y alcoholismo (13%). Así mismo se realizó esta investigación ya que según el equipo técnico del Plan Nacional de Salud Mental (2005) en un estudio realizado en la sierra peruana (Cajamarca, Ayacucho y Huaraz) encontraron indicadores sobre estilos de crianza negativos y un incremento de la prevalencia en Trastornos psiquiátricos en las personas que han recibido estilos de crianza negativos, por ejemplo, el maltrato infantil bajo la forma de “le dieron más castigo de lo que merecía”. Así mismo la falta de amor y ternura conlleva a que las personas tengan trastornos de ansiedad y depresión.

De lo mencionado anteriormente surge la necesidad de elaborar un programa de Amor y Límites en alumnos del nivel secundario de una institución educativa de la provincia de Chota.

La presente investigación busca proponer un Programa de “Amor y Límites” en adolescentes de nivel secundario con estilos de crianza en una institución educativa de la provincia de Chota. Ya que de esta manera servirá para que las autoridades, directores junto con su plana docente y padres de familia realicen acciones oportunas y pertinentes en beneficio de la Salud Mental del alumnado. Así mismo nuestro estudio sirve como fuente y antecedente de futuras investigaciones con similar variable y población.

1.4. Metodología

1.4.1. Diseño de la Investigación

El diseño de la presente investigación corresponde al No Experimental, de Tipo Descriptivo Propositivo y transversal, busca especificar propiedades, características y rasgos

importantes de cualquier fenómeno que se analice, así como los datos se recolectan en un momento y tiempo único. Describen tendencias de un grupo o población y su finalidad es, conocer la relación o grado de asociación que exista entre dos o más conceptos, categorías o variables en un contexto en particular.

1.4.2. Población y Muestra

La población y muestra del presente trabajo de investigación, estuvo conformado por 300 alumnos adolescentes de una Institución Educativa de la Provincia de Chota.

$N = 300$ (N =Población)

Varones = 238

Mujeres = 62

1.4.3. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.

Técnicas:

Psicométricas: Es una medida objetiva y estandarizada de una muestra de conducta. Al decir que es objetiva nos referimos a que la aplicación, calificación e interpretación serán independientes del juicio subjetivo del examinador. La evaluación objetiva de las pruebas psicológicas consiste principalmente en determinar su confiabilidad y validez en situaciones especificadas. La confiabilidad de una prueba es la consistencia de las puntuaciones obtenidas por las mismas personas cuando se les aplica la misma prueba o una forma equivalente. La validez es el grado con el que verdaderamente mide lo que pretende medir, esta proporciona una comprobación directa de que tan bien cumple una prueba su función (Anastasi, 1998.)

Para los fines de la investigación se utilizó el siguiente instrumento:

- Escala de Estilos de Crianza

FICHA TÉCNICA

Nombre de la Prueba: Escala de Estilos de Crianza

Autor: Lawrence Steinberg

Año de Publicación: 1993

Validez: Se han obtenido evidencias preliminares de la validez de constructo de las dimensiones de crianza, medidas por la escala de Estilos de Crianza de Steinberg. Los resultados han provenido de la validez factorial de las tres escalas: Compromiso, autonomía psicológica y Control Conductual. Estas evidencias, sin embargo, sólo han sido aceptables. Aunque la estructura interna del instrumento ha provenido esencialmente de las correlaciones y el contenido de los ítems, tiende a confundirse con la influencia de la frecuencia promedio de los ítems.

Confiabilidad: Con respecto a la confiabilidad se realizó mediante el método del Coeficiente Alfa de Cronbach, los puntajes de las escalas arrojaron coeficientes que van desde los marginalmente aceptables a moderadamente bajos.

La probabilidad global sobre las diferencias en la confiabilidad fue: $p < 0.0001$ en Compromiso, $p = 0.033$ en Autonomía Psicológica y $p = 0.2768$ en Control Conductual.

Áreas: El instrumento consta de tres escalas que definen los aspectos principales de la Crianza en adolescentes: Compromiso, Autonomía Psicológica y Control Conductual, las dos primeras escalas constan de ítems de cuatro opciones desde 1 (Muy en desacuerdo) a 4 (Muy de acuerdo). La escala de Compromiso evalúa el grado en que el adolescente percibe conductas de acercamiento emocional, sensibilidad e interés provenientes de sus padres. La escala de autonomía psicológica evalúa el grado en que los padres emplean estrategias democráticas no – Coercitivas y anima a la

individualidad y autonomía. La escala de control conductual consta de 2 ítems de 7 opciones y otros 6 de 3 opciones y evalúa el grado en que el padre es percibido como Controlador o Supervisor del comportamiento del adolescente.

CONSTRUCCIÓN DE LOS ESTILOS DE CRIANZA

Los Estilos de Crianza pueden ser originados de la combinación de puntajes a partir de las 3 escalas. Para cada escala el punto de corte para separar los estilos de crianza es extraído de los datos de la muestra. Como explica Steinberg esta categorización es dependiente de la muestra en estudio, y tiene una orientación heurística más que diagnóstico. Las indicaciones del autor señalan el uso del promedio proveniente de la muestra en estudio. Darlin y Stenberg (1993), citado por Merino C, y. Arndt, S (2004).

Estilos de crianza	Escala compromiso	Escala control conductual	Escala de autonomía psicológica
Padres Autoritarios.	Encima del promedio.	Encima del promedio.	Encima del promedio.
Padres Negligentes	Debajo del promedio.	Debajo del promedio.	-----
Padres Autoritativos.	Debajo del promedio.	Encima del promedio.	-----
Padres Permisivos.	Encima del promedio.	Debajo del promedio.	-----
Padres Mixtos.	Encima del promedio.	Encima del promedio.	Debajo del promedio.

Cuando el puntaje de las escalas es igual al del promedio se considera por debajo del promedio.

Puntuación: Cada escala se puntúa independientemente sumando los ítems sin ponderar. La escala compromiso que abarca los ítems impares del (1,3,5,7,9,11,13,15,17) y la escala de autonomía psicológica que abarca los ítems pares del (2,4,6,8,10,12,14,16,18) se obtiene sumando las respuestas directas a sus ítems; para la escala Control Conductual que abarca los ítems (19,20,21^a, 21b, 21c, 22^a, 22b, 22c), igualmente se suman las respuestas de los ítems.

En las escalas Compromiso y Autonomía psicológica la puntuación mínima es 9 y la máxima es 36. En control conductual la puntuación mínima es 8 y la máxima es 32.

Administración: Se facilita un lápiz y la hoja de respuestas correspondientes al test Estilos de Crianza de Stenberg conformado por 26 ítems, en la que debe de marcar con una X de acuerdo a las opciones ya descritas en el cuestionario. Muy de acuerdo / Algo de acuerdo / Algo en desacuerdo / Muy en desacuerdo.

1.4.4. Métodos y procedimientos para la recolección de datos.

El presente proyecto tiene un método Cuantitativo Deductivo, ya que se usa la recolección de datos con una base en la medición numérica y el análisis estadístico, para establecer patrones de comportamiento y probar teorías. Así como también el método psicométrico el cual se encarga de analizar instrumentos fundados en el paradigma psicométrico dicho paradigma tiene como función: Traducir los conceptos teóricos a indicadores mediante la operacionalización de constructos, aportar una lógica que posibilita la construcción de técnicas que evalúan rasgos psicológicos psicosociales o ambientales de los sujetos y facilitar el Inter juego entre el discurso teórico y los fenómenos psicológicos. Pues los instrumentos psicológicos cobran relevancia, en un proceso de investigación, en el tiempo de recolección de datos. Es por ello que los instrumentos deben ser confiables y válidos, bondades

psicométricas requeridas por las técnicas que van a utilizarse en la producción de conocimientos científicos.

Se utilizó como instrumentos la Escala de Estilos de Crianza de L. Stenberg.

CAPÍTULO II

CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO

2.1. Teorías Del Programa De Amor Y Límites

El Programa de Amor y Límites se basa en los siguientes modelos teóricos:

2.1.1. Modelo ecológico de Bronfenbrenner

El postulado básico de este modelo dice que el desarrollo humano supone la progresiva acomodación mutua entre un ser humano activo, que está en proceso de desarrollo y por las propiedades cambiantes de los entornos inmediatos en los que esa persona vive. Esta acomodación mutua se va produciendo a través de un proceso continuo que también se ve afectado por las relaciones que se establecen entre los distintos entornos en que participa la persona y los contextos más grandes en los que esos entornos están incluidos. El modelo señala que la persona no es un ente sobre el que repercute el ambiente, sino una entidad en desarrollo y dinámica, que va implicándose progresivamente en el ambiente y por ello influyendo y reestructurando el medio en que vive. Esta acomodación mutua entre el ambiente y la persona es bidireccional y se caracteriza por su reciprocidad (OPS, 2009).

2.1.2. Teoría de Establecimiento de Metas de Maes y Gebhardt.

Presenta el marco teórico a nivel individual de intervención, el cual ayuda a organizar los sueños o el plan de vida de los/las adolescentes y desarrollar un plan de acción para alcanzarlo. Toma en consideración la etapa de desarrollo de la adolescencia y considera factores como el autoconcepto, la percepción de autoeficacia (donde juega un rol central el apoyo de los padres) y los sistemas de valores. Al desarrollar el proyecto de vida promueve las habilidades de pensamiento abstracto para desglosar los elementos necesarios para cumplirlo, habilidades de pensamiento

ejecutivo para desarrollar un plan de acción, habilidades sociales que permitan resistir a la presión de grupo y habilidades de resistencia al estrés.

2.1.3. Modelo de Crianza Efectiva de Baumrind.

Es el marco teórico a nivel familiar, el cual investiga las prácticas de crianza. Los estilos de crianza presentan dos dimensiones diferentes:

- **Nivel de exigencia:** la medida en la que los padres exigen una conducta madura, supervisa las actividades de sus hijos y disciplinan sus transgresiones. La medición del nivel de exigencia busca cuantificar la frecuencia, la coherencia y la consistencia con las que los padres supervisan y vigilan a sus hijos, establecen normas claras y fomentan conductas específicas, orientadas hacia un objetivo.
- **Capacidad de respuesta:** la medida en la que los padres se muestran sensibles con las necesidades físicas, sociales y emocionales de sus hijos y los apoyan en su creciente autonomía.

Los estudios muestran una relación positiva entre el nivel de exigencia de los padres y la capacidad de adaptación conductual de los adolescentes, y entre la capacidad de respuesta de los padres y el desarrollo psicológico de los adolescentes. El equilibrio entre la exigencia y la capacidad de respuesta contribuye a la adaptación conductual y el desarrollo psicológico positivo del adolescente (OPS, 2009).

2.2. Estilos De Crianza

Darling & Steinberg (1993) citado por Rodríguez, D. y Torres, N. (2013); manifiestan que los estilos de crianza es una “constelación de actitudes hacia los hijos que son comunicadas hacia ellos, y que

tomadas en conjunto crean un clima emocional en que se expresan las conductas de los padres”.

Papalia, S, Wndkos, O & Duskim, R. (2009) Manifiesta que los estilos de crianza comprenden el conjunto de patrones de actuación que asumen los padres en el proceso de formación y crecimiento de sus hijos, abarcando diversos estilos basados en la experiencia de los propios padres y en el nivel de información que estos manejan sobre los comportamientos que deben adoptar. Los estilos de crianza que brindan los padres están basados en la propia experiencia e información que le han brindado a lo largo de su vida, esto indica que los padres desean que sus hijos actúen conforme a sus enseñanzas, lo que quiere decir que pueden ignorar de su hijo sus propios ideales, pensamientos y sentimientos por lo que el hijo puede aceptar como rechazar su forma de crianza, tomando la decisión de revelarse contra sus propios padres pues lo único que desea es expresarse.

Wilson (2002) citado por Rodríguez, D. y Torres, N. (2013); Los padres deben responder a la necesidad de los hijos de tal manera que este pueda, con el tiempo, lograr su independencia a la par que mantiene una sana unión con sus padres. Los padres representarán diferentes papeles en la medida en que ayuden al niño a crecer como adulto responsable; pero, en esencia, actuarán como líderes y maestros. Los padres como educadores que son tienen una gran responsabilidad de enseñarles a sus hijos desde su niñez ya que conforme van creciendo van explorando nuevas cosas, se relacionan con más personas: compañero de juego clase y parientes, por lo tanto, los padres dejan de ser los únicos influyentes de sus hijos, sucedía cuándo era más pequeño. Por ello es fundamental que los padres les enseñen a sus hijos desde sus primeros años el valor de la obediencia y los buenos modales, así como lo que es bueno y lo que es malo; todo esto implica tiempo y escucha para preparar adolescentes responsables de sus propios actos.

Por lo tanto los estilos de crianza es un conjunto de actitudes que los padres brindan hacia sus hijos a través de la comunicación con la finalidad de crear un clima emocional en la familia.

2.2.1. Tipos de estilos de crianza

Baunrind (1971) citado por Rodríguez, D. y Torres, N. (2013); desarrolló una serie de experimentos con pre-escolares e identificó tres categorías de actitudes o estilos de paternidad: padres autoritarios, padres permisivos y padres democráticos.

Padres Autoritarios: Tratan de controlar el comportamiento y las actividades de sus hijos ajustándose a un estándar de conducta. Valoran la obediencia incondicional y castigan enérgicamente a sus hijos y actúan en forma contraria a sus estándares.

Padres permisivos: Exigen menos y permiten a los hijos seguir sus propias actividades, no son exigentes, ni controladores, son relativamente cariñosos con sus hijos y casi nunca los castigan.

Padres democráticos: Tratan de dirigir las actividades de sus hijos en forma racional, prestan atención a sus problemas. Es consistente, exigente, respetuosos y están dispuestos a aplicar el castigo limitado.

Faw (1981) citado por Rodríguez, D. y Torres, N. (2013); identificó tres tipos o estilos de paternidad: Autoritarios, con autoridad y permisivos.

Autoritarios: tienen patrones rígidos de conducta, no toman en cuenta las necesidades de sus hijos, los castigan físicamente sin darles una explicación de por qué los castigos.

Con autoridad: Señala que estos padres exhiben confianza en ellos mismos como padres y cómo personas, son exigentes y amorosos con sus hijos.

Permisivos: Los padres permisivos se sienten inseguros en su rol como padres, tienen poco control sobre sus hijos y no consideran necesarios castigarlos.

Elizabeth, B. Hurlock, (1997); refiere que existen dos tipos de estilos de crianza que predominan en los hogares.

Estilo autoritario: El adolescente se convierte en un individuo sumiso y temeroso de asumir responsabilidades. Su actitud ocasiona roces en el seno de la familia porque sus padres esperan que suma mayor responsabilidad con el paso de los años. Frustrado constantemente en sus intentos de lograr la independencia, el adolescente desarrolla un resentimiento tan profundo contra sus progenitores que dejará de comunicarse con ellos o buscar un consejo y asistencia para el tratamiento de sus problemas. Consecuencia de ello es la profundización de la fisura entre ambas partes.

Estilo Permisivo: No existe el control paterno. A menudo el adolescente siente poco respeto por sus padres, apenas aprecia lo que hacen por él y tiene pocos deseos de desempeñar su parte en la casa. En cambio, suele esperar que sus padres lo atiendan mientras poco o nada hace por ellos. El joven a quien se permite conducirse de acuerdo con sus gustos muestra resentimiento e inseguridad. Cuando las cosas salen mal, acusa a sus padres de haberlo descuidado y privado de la guía necesaria.

Gottman (1999) Refiere que existen cuatro estilos de crianza. La mayoría de los padres tienen un estilo dominante, pero utilizan una combinación de todos los cuatro.

Descartamiento: Los padres descartadores pueden ser muy amorosos y compasivos. Solo que no creen que es importante pasar el tiempo ocupándose de las emociones negativas del niño, y tienden a ignorar los sentimientos o intentan distraer al niño de ellos. Esos padres no son insensibles a las emociones de sus niños. Las ven llegar y quieren ser

serviciales y protectores, pero no están seguros de qué hacer. Ya que los padres descartadores ignoran las emociones, pierden la oportunidad de conectarse y de crear una relación más cercana con sus niños cuando sus niños más los necesitan.

Desaprobación: Los padres desaprobadores típicamente no valoran las emociones y con frecuencia creen que no deberían permitir que las emociones negativas sucedan. Como resultado, los niños aprenden que algunos de los sentimientos son “buenos” y los demás son “malos” porque sus padres tratan el sentimiento como un comportamiento al pedir o decir a los niños que se sientan de manera diferente.

No Intervencionista: Los padres no interventores son compasivos, y reconocen y responden a las emociones de sus niños. Practican el amor incondicional, pero también temen que el establecimiento de límites en el comportamiento de un niño pudiera enviar el mensaje equivocado y mostrar que el amor solo está conectado con el buen comportamiento.

Entrenamiento De La Emoción: Los padres entrenadores de las emociones valoran los momentos de compartimiento emocional con sus niños. Para ser entrenadores de las emociones, los padres necesitan usar la empatía. Específicamente, estos padres tratan de ponerse en los zapatos de su niño. Muestran un entendimiento de las emociones de sus niños y los guían en su comportamiento. El entrenamiento de las emociones sienta las bases para relaciones fuertes, sanas, confiables.

Steinberg, Elman & Mounts, (1989), citado Merino C. y Arndt S. (2004) clasifica los estilos de crianza: por **padres autoritativos** se caracterizan por ser orientados racionalmente, exigentes con las normas, cálidos escuchan a los hijos, se desenvuelven en una relación dar-tomar, mantienen altas expectativas, son afectuosos, monitorean

activamente la conducta sus hijos, y les proveen de estándares de conducta en un contexto de relaciones asertivas, más que restrictiva o intrusivamente. Los **padres autoritarios** son aquellos que imponen normas rígidas, afirman su poder sin cuestionamiento, usan la fuerza física como coerción o como castigo y a menudo, no ofrecen el cariño típico de los padres autoritativos. Son altamente exigentes, demandantes y directivos, y muestran bajos niveles de expresiones afectivas. Están orientados hacia la afirmación del poder y la búsqueda de la obediencia; llegan a ser altamente intrusivos. Los **padres permisivos** son aquellos que permiten que los hijos regulen sus propias actividades con relativamente poca interferencia. Generalmente no imponen reglas; los hijos hacen sus propias decisiones sin consultar usualmente a los padres. Típicamente son cariñosos y bondadosos, explican las cosas usando la razón y la persuasión más que la afirmación de poder. Los hijos tienen más probabilidad de presentar problemas académicos y de conducta. Estos padres son llamados también, padres indulgentes o no directivos. Puntúan más alto en afectividad/responsividad y bajo en exigencia/disciplina. Permiten la auto-regulación del propio niño, lo que los lleva a estimular la independencia y el control bajo las propias creencias y necesidades. En los encuentros disciplinarios, tienden a evitar la confrontación y generalmente ceden a las demandas de los hijos. Los **padres negligentes** son aquellos que muestran poco o ningún compromiso con su rol de padres. No ponen límites a sus hijos porque no hay un verdadero interés por hacerlo. Les faltan respuestas afectivas o de control conductual en situaciones diarias y/o en aquellas en que críticamente se requieren. Son padres que puntúan bajo en las dos dimensiones de exigencia y afectividad. En casos extremos, son explícitamente rechazantes.

2.3. La Familia:

Duque (2002), citado por De Los Santos, S. y Quinde, A (2014). Manifiesta que la familia puede definirse como un grupo de personas que comparten lazos de fuente, de alianza y de filiación, los cuales están atravesados con relaciones afectivas, roles específicos y funciones asociadas a ellos; así como relaciones económicas y de poder. Todas estas relaciones permiten crear un nicho afectivo y cultural de los seres humanos en donde se aprende y se construyen normas, valores y se permite el desarrollo integral de sus miembros. Este autor refiere que la familia está compuesta por un grupo de personas donde cada uno tiene sus propias costumbres y procedencias del origen de vida el cual ha sido criado, debido a ello aprendemos una infinidad de normas, usos, costumbres, lo que entre otros factores condicionan cual será nuestro estilo de vida futuro.

2.4. Los Padres:

(Organización Panamericana de la Salud [OPS], 2009) manifiesta que padres son “aquellas personas que proveen cuidados significativos a sus hijos durante un periodo prolongado de la vida, sin percibir un salario como empleados,” incluyendo a padres biológicos, padres adoptivos, custodios, abuelos, otros parientes o padrinos. Ser padres implica promover el desarrollo de habilidades complejas que incluyen las habilidades interpersonales para desarrollar adultos sanos. La OPS define tres dimensiones claves del rol de ser padres: ABC

1. Abogar por los recursos necesarios
2. Supervisar la conducta, monitorear, regular, establecer límites, respetar la individualidad y modelar a los hijos
3. Relación significativa de aceptación, calidez, apoyo y amor

2.4.1. Requisitos para ser padres de adolescentes

Simpson (2001) manifiesta que existe en un sentido amplio, los cinco componentes del rol de los padres que se organizan

de la siguiente manera:

a. Amor y conexión

Los adolescentes necesitan que sus padres desarrollen y mantengan una relación con ellos que les ofrezca apoyo y aceptación, mientras acomodan y afirman su creciente madurez.

Si bien existe un amplio acuerdo acerca de que la relación con los padres sigue siendo importante para un desarrollo adolescente saludable. Los estudios observan que las relaciones sustentadoras tanto con la madre como con el padre están vinculadas, por ejemplo, a menor riesgo de abuso de sustancias, depresión, influencia negativa de los pares y delincuencia, así como a niveles más altos de auto confianza, de valorización de la propia imagen, de formación de identidad, de desempeño escolar y de éxito en futuras relaciones.

Una base de educación, que ha sido descrita y estudiada de diversas maneras como aceptación, calidez, afecto, estimulación, conexión y apoyo, también fortalece indirectamente la habilidad de los padres para llevar a cabo otros componentes de su rol, como, por ejemplo, fijar límites y aconsejar, a la vez que ayuda a los adolescentes a manejar las tensiones de sus nuevos roles.

Cuando se pregunta a los adolescentes en encuestas y otros estudios, ellos mismos afirman que continúan dependiendo de la atención y apoyo de su madre y de su padre por igual. No existe duda de que los adolescentes también quieren una mayor independencia y participación en la toma de decisiones sobre su propia vida y sobre asuntos familiares, pero

no buscan desconexión, sino un nuevo tipo de conexión, que les permita una mayor madurez y manejo en los roles adultos.

Entre el adolescente y sus padres deben existir un equilibrio entre la proximidad y el espacio para la individualidad; entre la conexión y la privacidad; entre el apoyo y el reconocimiento de distintas opiniones; entre el tiempo con la familia y el tiempo con los pares; entre la educación y la adaptación de cuerpos y mentes que maduran.

Mas aún, este delicado equilibrio debe negociarse con los adolescentes, que son por lo general más malhumorados, intensos, críticos y más propensos a discutir que los niños más pequeños. Para hacerlo, a menudo se requiere que los padres fortalezcan habilidades tales como manejar el enojo y la crítica, negociar, resolver problemas, escuchar, solucionar conflictos, adaptarse a cambios y delegar responsabilidades.

Contrario a las expectativas de muchos padres, ofrecer oportunidades para mayor debate y conflicto no suele poner en peligro el apego. La clave es aprender a intercambiar ideas respetando y sin juzgar. Al permitir que el adolescente exprese su punto de vista, en un contexto de continua comunicación y conexión, los padres están contribuyendo al desarrollo de un sentido de identidad e individualidad en el adolescente, a la vez que fortalecen la relación al informarse más sobre los pensamientos y sentimientos del adolescente y crean un espacio para un vínculo saludable de adulto a adulto. Niveles moderados de conflicto, también brindan al adolescente una oportunidad para aprender a resolver conflictos y negociar capacidades, así como

para entender las complejidades de la relación de adulto a adulto.

Entonces, ¿qué pasa con “el amor y la educación” a medida que el niño se transforma en adolescente? Incluye conductas que comunican respeto, interés, calidez y afecto, de manera tal que el adolescente se sienta aceptado y aprobado como persona, a la vez que se le permite una mayor privacidad, autonomía y diferencia de opinión. Esto significa continuar trabajando y jugando juntos.

a.1. Estrategias de los padres para brindar amor y conexión:

- **No dejar pasar el momento:** Los padres deben sentir y expresar afecto genuino, respeto y apreciación por su hijo (a) adolescente.
- **Reconocer los buenos momentos:** La personalidad y el crecimiento de su hijo (a) adolescente hacen posible.
- **Esperar mayores críticas:** Fortalecer las habilidades para discutir ideas y desacuerdos, de manera tal de respetar las propias opiniones y las de su adolescente.
- **Pasar tiempo escuchando:** Los pensamientos y sentimientos de su hijo/a adolescente en relación a sus temores, preocupaciones, intereses, ideas, perspectivas, actividades, trabajos, tarea escolar y relaciones.
- **Tratar a cada hijo (a) adolescente como un individuo único:** Distinto de sus hermanos, de los estereotipos, de su pasado o del propio pasado de los padres.
- **Apreciar y reconocer:** Se debe valorar, apreciar y reconocer las nuevas áreas de interés, las habilidades, las fortalezas, y logros de cada adolescente, así como

los aspectos positivos de la adolescencia en general, tales como la pasión, la vitalidad, el humor, y la profundización del pensamiento intelectual.

- **Adjudicar roles significativos:** Dar roles a su adolescente dentro de la familia, que sean realmente útiles e importantes para el bienestar de todos.
- **Pasar tiempo juntos:** Pasar tiempo juntos, individualmente y como familia, continuando algunas rutinas familiares, pero también aprovechando la forma en que nuevas actividades, tal como el voluntariado en la comunidad, pueden ofrecer nuevas formas de conexión.

b. Monitorizar y observar

Los adolescentes necesitan que los padres conozcan y hagan saber a sus hijos que conocen sus actividades, incluyendo el desempeño escolar, las experiencias laborales, las actividades extra escolares, las relaciones con los pares, las relaciones con los adultos y la recreación, a través de un proceso que de manera creciente involucra una menor supervisión directa y una mayor comunicación, observación y trabajo en conjunto con otros adultos.

El acto, aparentemente simple, de controlar las actividades del adolescente haciendo que el adolescente informe de su paradero y sabiendo dónde está fue vinculado por varios estudios con un menor riesgo de uso de drogas y alcohol, actividad sexual temprana, embarazo, depresión, problemas escolares, victimización, delincuencia e influencias negativas de los pares. El control también parece comunicar que a los padres les importa y están escuchando, influye sobre la elección de los pares, ayuda a los adolescentes a

desarrollar competencia social y estimula la participación e interés de otros adultos, como, por ejemplo, maestros y entrenadores.

Uno de los nuevos desafíos para los padres de adolescentes es que la mayor parte del monitoreo debe realizarse indirectamente, mediante la observación de cambios en la conducta del adolescente, escuchando las revelaciones del adolescente y mediante la verificación con otros adultos. De nuevo, un tema central es el equilibrio entre la necesidad de supervisión y la de privacidad. Más aún, a medida que el adolescente ingresa en un mundo indefinidamente amplio de educación, trabajo, actividades, recreación y amistades, hay mucho más que vigilar que en años anteriores.

Se ha prestado particular atención al monitoreo en ciertas áreas:

- **Progreso escolar y ambiente.** La participación de los padres en las actividades escolares tiende a descender marcadamente durante la adolescencia, pero su impacto no lo hace. La supervisión de las notas está asociada con mejores notas, el control de la conducta en la escuela está asociado con menores problemas de conducta en la escuela y la participación de los padres en la vida escolar está asociada tanto con mejores notas como con menos problemas. La participación escolar puede llevarse a cabo en múltiples niveles, por ejemplo, revisando las comunicaciones de la escuela, asistiendo a las conferencias de padres y maestros, cumpliendo funciones escolares y participando en la administración de la escuela.
- **Salud mental y física.** Si bien la mayoría de los

adolescentes navegan la vertiente emocional y física de la adolescencia sin serias dificultades, también se encuentran en riesgo de diversas maneras, a medida que sus tasas de suicidio, enfermedad mental y otros problemas crecen hasta llegar a estar tan altas como aquellas de los adultos. Una fuente especial de problemas para los adolescentes se centra en la adaptación a la maduración sexual, el manejo de los sentimientos sexuales y la lucha por encontrar una identidad sexual. Los temas que pueden surgir incluyen vergüenza o auto aversión en relación al inicio temprano de la pubertad, especialmente en las mujeres; inicio tardío de la pubertad, especialmente en los varones; homosexualidad; y éxitos y fracasos en las relaciones románticas. Entre un diez y un veinte por ciento de los adolescentes desarrolla un trastorno emocional severo, como, por ejemplo, depresión o trastorno de la conducta alimentaria. Las tasas de depresión se cuadriplican; y la depresión es, a su vez, uno de los predictores de suicidio que se ha incrementado mucho más rápidamente en los adolescentes que en la población general. Sin embargo, si los padres responden a los signos de depresión y buscan ayuda, el tratamiento puede reducir los síntomas depresivos y aumentar la capacidad del adolescente de manejarlos exitosamente.

- **Paradero después de la escuela, amistades y actividades con pares.** Se ha estimado que hasta un cuarenta por ciento del tiempo de los adolescentes jóvenes transcurre en actividades sin estructura ni supervisión, y hasta tres cuartos de

los adolescentes no realizan actividades extra escolares organizadas. En contraste con los niños y los adultos, las causas más comunes de mortalidad en los adolescentes surgen de los peligros del entorno, incluyendo los accidentes automovilísticos y los homicidios. Conocer el paradero y la conducta de los adolescentes cuando no están en la escuela se asocia con menores tasas de consumo de drogas y alcohol, embarazos y delincuencia, y también reduce la susceptibilidad a las presiones negativas de los pares. Llegar a conocer a los amigos del adolescente es parte importante de la estrategia, así como monitorizar el empleo del adolescente. El trabajo de tiempo parcial para los jóvenes que aún están en la escuela puede tener efectos negativos si involucra muchas horas o altos niveles de ingresos; pero también puede tener efectos altamente positivos al darle al joven un rol importante o esencial en la familia y al construir habilidades para el trabajo y la vida. Aproximadamente cuatro de cada cinco jóvenes tienen un empleo en algún momento durante la escuela secundaria, y la mitad de los adolescentes mayores tiene un empleo en cualquier momento dado.

- **Los medios y otras diversiones.** Prácticamente todos los adolescentes están inmersos en actividades relacionadas con los medios de televisión, vídeos, juegos de vídeo, películas, radio, CDs y casetes, Internet, libros, revistas, periódicos en un promedio de casi siete horas por día. El uso de los medios consume más tiempo que la escuela; la mayor parte de este uso se realiza fuera de la

vista de los padres. La mayoría de los adolescentes tiene un equipo de música en su habitación y más de la mitad tiene un televisor, y los porcentajes son mayores entre aquellos de menor nivel económico.

Aunque existe polémica sobre qué efectos tienen los medios sobre los adolescentes, de la investigación surge la preocupación de que ciertos medios pueden influir en la actitud y conducta de los adolescentes susceptibles. Por ende, tiende a existir consenso en cuanto a que es apropiado que los padres observen y discutan la cantidad y el contenido del uso de los medios electrónicos por parte de los adolescentes, e incluso lo planifiquen y limiten". Un área de particular atención es el impacto de los mensajes sobre el atractivo que pueden tener el suicidio, la violencia, el uso de drogas y alcohol, la conducta sexual temprana, los roles estereotipados de género y raza, los modelos de cuerpo no saludables, los hábitos de compra y la cultura consumista. Otra es el impacto que tiene ver mucha televisión en la atención y en la capacidad para pensar, la obesidad, la conducta violenta, el desempeño escolar, el entendimiento de las diferencias entre el mundo real y el del entretenimiento, los hábitos de compra y el desplazamiento de otras actividades.

Las sugerencias de los investigadores, y otros especialistas en estos temas, para los padres, incluyen:

- Escuchar, interesarse y enterarse de las elecciones del adolescente en relación con la

música, los entretenimientos y otros medios.

- Discutir con los adolescentes los mensajes que transmiten los medios de información y entretenimiento, alentando el pensamiento crítico y las capacidades de entendimiento de los medios.
- Establecer políticas familiares sobre el uso de los medios de comunicación.
- Mantener las computadoras y los televisores en lugares centrales en vez de en espacios privados.
- Movilizar la educación formal en los medios y promoverla a través de las escuelas u organizaciones externas.

a) Estrategias de los padres para monitorear y observar:

- **Saber dónde está su hijo (a):** Es importante conocer sus actividades, directa o indirectamente, escuchando, observando y trabajando en conjunto con otros que tengan contacto con su adolescente.
- **Mantener contacto con otros adultos:** Mantener contacto con otros adultos que puedan y quieran mostrarle tendencias positivas o negativas de las conductas de su hijo/a adolescente; por ejemplo, vecinos, familiares, líderes comunitarios y religiosos, dueños de tiendas, maestros y otros padres.
- **Participar en eventos escolares:** Participar en actividades tales como charlas entre padres y maestros, reuniones de información general en

la escuela, y reuniones de planeamiento para satisfacer las necesidades especiales.

- **Mantenerse informado sobre los progresos de su hijo/a adolescente:** Ver los progresos de su hijo (a) en la escuela y en el trabajo, así como sobre el grado y la naturaleza de sus actividades extraescolares; conocer a sus amigos y conocidos.
- **Estar atento y reconocer señales de alarma:** En cuanto a la alteración de la salud mental o física, así como de signos de abuso o negligencia, incluyendo falta de motivación, pérdida de peso, problemas para dormir o comer, disminución del rendimiento escolar y/o absentismo escolar, uso de drogas, separación de sus amigos y abandono de actividades, promiscuidad, abandono del hogar, heridas sin explicación, conflictos serios y persistentes del adolescente con sus padres o altos niveles de ansiedad o culpa.
- **Pedir consejo si existe preocupación:** Pedir consejos por signos de alarma o cualquier otro aspecto de la salud o comportamiento de sus hijos; consultar con maestros, asesores, líderes religiosos, médicos, consultores de padres, personas mayores de la familia y otros.
- **Vigilar las experiencias de su hijo (a) adolescente:** Vigilar en ámbitos y con relaciones dentro y fuera del hogar que contengan un potencial abuso físico, sexual y emocional, incluyendo relaciones que involucren figuras paternas, hermanos, familia extendida (familiares que viven bajo otro techo),

cuidadores, pares, compañeros, empleadores, maestros y asesores y líderes de actividades.

- **Evaluar el grado de desafío de las actividades:** Tales como eventos sociales, exposición a los medios y empleos, equilibrando estos desafíos con las habilidades que tenga su hijo/a adolescente para manejarlos.

C. Guiar y limitar

Los adolescentes necesitan que sus padres sostengan una serie de límites claros pero flexibles, manteniendo las reglas y los valores familiares importantes, pero a la vez estimulando una creciente capacidad y madurez.

La fijación de límites sigue siendo una dimensión esencial en la educación de los adolescentes y se correlaciona positivamente con el desempeño escolar, la capacidad social y la prevención de problemas de conducta.

Cuando se les pregunta sobre el tema en estudios de investigación, los adolescentes reconocen que siguen esperando que los padres asuman un rol de supervisión, como prueba tanto de su afecto como de su autoridad. De hecho, ellos creen que los padres tienen la autoridad para fijar reglas morales y sociales, controlar su conducta y tener expectativas en relación con la escuela, las tareas dentro del hogar y otras áreas de desempeño, si bien están en desacuerdo con los padres sobre los límites de esa autoridad.

Al mismo tiempo, los padres deben preocuparse por fijar límites sin dejar de reconocer y alentar el derecho de sus hijos de tomar sus propias decisiones y resolver sus

problemas. En relación a este equilibrio, hay dos principios que influyen sobre la efectividad de la fijación de límites, según lo demuestra la asociación con resultados positivos, incluyendo el desempeño escolar, la responsabilidad social, el desarrollo moral, el control de los impulsos, la auto confianza, y la elección saludable de los pares, así como una reducción en las consecuencias negativas, que incluyen la depresión y la conducta delictiva. Estos principios son:

- **Combinar reglas y expectativas con respeto y capacidad de respuesta.** “El amor y los límites” deben ir juntos; ninguno de los dos es efectivo sin el otro. Los límites deben permitir al adolescente desarrollar y mantener sus propias opiniones y creencias y sentir que sus padres escuchan y responden a estos conceptos cuando establecen reglas. El razonamiento detrás de las reglas debe ser explicado. También se debe poner énfasis en que se fijan límites para proteger y guiar, no como castigo o imposición de poder.
- **Combinar firmeza con flexibilidad.** Si bien algunas reglas deben ser firmes, para resguardar la seguridad del adolescente y su familia, otras deben ser flexibles, para permitir que el adolescente adquiera mayor aptitud, responsabilidad y capacidad para tomar decisiones. Los adolescentes necesitan la experiencia de negociar reglas y resolver conflictos con los padres, de maneras que sean respetuosas tanto para unos como para otros. El énfasis relativo en la firmeza y la flexibilidad varía dentro de cada familia, dependiendo en parte de la seguridad del vecindario y la comunidad donde vive el adolescente.
- **Sobre el castigo físico.** Golpear a los adolescentes

como forma de castigo está lejos de ser inusual. Casi la mitad de los padres y madres reconoce que golpean a sus hijas e hijos adolescentes varias veces al año. No se ha logrado consenso en relación a los efectos del castigo físico. Por un lado, existe un conjunto de investigaciones que relacionan el castigo físico con varios efectos negativos, los que incluyen, rebeldía, depresión, conductas físicamente agresivas y futuras agresiones al cónyuge.

Sin embargo, la gran mayoría de investigadores y profesionales, que representan un amplio rango de tradiciones raciales y religiosas, concuerdan en que hay mejores alternativas; y todos están de acuerdo en que, si se usa el castigo físico, nunca debe aplicarse con la intención de hacer daño, física o emocionalmente.

C.1. Estrategia para los padres para guiar y limitar:

- **Mantener las reglas familiares:** Mantener las “reglas de la casa”, sosteniendo algunas reglas no negociables, en relación a temas como la seguridad y los valores familiares principales, y negociando otras, en relación a temas como las tareas domésticas y los horarios.
- **Comunicar expectativas:** Pero que sean importantes, pero realistas.
- **Elegir los campos de batalla:** Es importante ignorar temas menores frente a los más importantes, tales como drogas, desempeño escolar y conducta sexual responsable.
- **Utilizar la disciplina como herramienta:** Con la finalidad de enseñar, no como desahogo o venganza.

- **Restringir los castigos:** Eliminar formas que no provoquen daño físico ni emocional.
- **Renegociar responsabilidades y privilegios:**
En respuesta a las cambiantes habilidades del adolescente, haciéndolo responsable bajo un monitoreo apropiado.

d. Dar ejemplo y consultar

Los adolescentes necesitan que los padres les brinden información continua y apoyo en la toma de decisiones, valores, habilidades y metas, y que los ayuden a interpretar y a transitar por el mundo, enseñándoles con el ejemplo y el diálogo continuo.

Si bien el proceso de fijar y negociar límites es una herramienta poderosa para ayudar a los adolescentes a aprender valores y tomar decisiones, otra serie de estrategias cruciales lleva este importante rol de los padres aún más allá, requiriendo que los padres estén disponibles como fuente de información y consejo, a medida que los adolescentes transitan el mundo cada vez más amplio, más allá de su hogar y su familia.

No hay duda de que un círculo creciente de adultos y pares influyen en el pensamiento y en las decisiones de los jóvenes durante la adolescencia, pero más sorprendente es el grado en el cual los valores e ideas de los padres siguen influyendo. A medida que los adolescentes forjan aspectos de su sentido de identidad, dependen de los adultos que mejor conocen para que sean influencias firmes, intérpretes e interlocutores con los que compartir ideas y puntos de vista. De hecho, muchos investigadores han llegado a la conclusión de que los padres son una influencia clave en la toma de decisiones de los adolescentes en áreas tan

fundamentales como los valores, las metas y las direcciones futuras. También se ha identificado otro rol paterno fuerte en cuanto a la formación de aspectos de la identidad, incluyendo la identidad de un hijo adoptado, una identidad racial y étnica positiva y una identidad de género positiva.

Los padres ejercen su influencia tanto a través de lo que hacen como a través de lo que dicen. Con respecto a lo que hacen, se ha encontrado una asociación entre los padres que sirven de modelo o dan un buen ejemplo y una mejor capacidad y actitud respecto del desempeño académico, el empleo, los hábitos de salud, la individualidad, las relaciones, la comunicación, la adaptación y la resolución de conflictos.

Con respecto a lo que los padres dicen, la investigación asegura que los adolescentes escuchan y hablan de más maneras de las que puede parecer. Los adolescentes relatan que admiran a sus padres y recurren a ellos, o les gustaría poder hacerlo, en busca de consejo y asesoramiento, en áreas que incluyen los problemas familiares, temas sociales controvertidos y los planes del adolescente para el futuro.

Los investigadores también observan que los adolescentes son proclives a tener valores y creencias similares a las de sus padres en temas importantes como la moral y la política. Si tienen lazos fuertes con sus padres, los adolescentes son incluso proclives a elegir amigos con valores compatibles con los de sus padres, si tal elección de pares está a su disposición. Aquellos padres que tienen una conexión más fuerte con sus hijos tienden a ejercer una mayor influencia en relación con las decisiones de sus adolescentes, como sucede con los padres que eligen maneras de transmitir

sus ideas respetando la creciente maduración de acción y pensamiento de sus adolescentes.

A fin de fortalecer su capacidad para la toma de decisiones, los adolescentes necesitan un ambiente que presente un nivel de desafío que no sea ni demasiado bajo ni demasiado alto; un ambiente que no sea excesivamente protector, ni presente muy pocas oportunidades para aprender de los errores y enfrentar los problemas; un ambiente que no sea agobiante, ni presente muy pocas oportunidades para ensayar nuevas estrategias de manejo y experimentar éxitos.

En general, las estrategias para modelar la conducta y apoyar la toma de decisiones de los adolescentes se dividen en varias categorías. En el centro de todas estas estrategias están las habilidades de comunicación, las que incluyen escuchar, dar un ejemplo, ofrecer consejo y consulta, negociar diferencias y solucionar problemas. La investigación, en particular, apoya las siguientes áreas:

- Embarcarse en discusiones sobre temas sociales y morales, tomando posiciones claras, a la vez que se permite que los adolescentes desarrollen y expresen su propia posición.
- Afirmar y mantener actividades familiares, rituales y tradiciones.
- Brindar información en áreas de conductas de riesgo, por ejemplo, el uso de drogas y alcohol.
- Modelar buenos hábitos de vida.
- Discutir y ofrecer marcos para entender y desafiar las experiencias negativas basadas en la raza, etnia, género, estructura familiar, orientación sexual, clase, situación de

inmigrante, enfermedad física y emocional y discapacidad.

- Enseñar habilidades de adaptación, como, por ejemplo, la resolución de problemas, el manejo de múltiples demandas y la negociación.
- Ofrecer oportunidades para el debate y la toma de decisiones.
- Apoyar la educación formal y la capacitación en las habilidades para la vida, discutiendo opciones futuras y ofreciendo estrategias para el éxito en la escuela y el ámbito laboral.

d.1. Estrategia para padres

- **Dar un buen ejemplo:** En relación con la exposición a riesgos, hábitos de salud y control emocional.
- **Expresar posiciones personales:** Con respecto a temas sociales, políticos, morales y espirituales, incluyendo temas como la etnia y el género.
- **Modelar el tipo de relaciones adultas:** Es decir modelar el tipo de relaciones adultas que le gustaría que su hijo tuviera.
- **Responder a las preguntas de los adolescentes:** Responder con la verdad, teniendo en cuenta su nivel de madurez.
- **Mantener o establecer tradiciones:** Que incluyan a la familia, la cultura y/o los ritos religiosos.
- **Apoyar la educación del adolescente:** Apoyar en su entrenamiento vocacional, incluyendo la participación en actividades del hogar; actividades al aire libre y empleos que

desarrollen sus habilidades, intereses y sentido de valor hacia la familia y la comunidad.

- **Ayudar a los adolescentes a obtener información:** sobre opciones y estrategias futuras para su educación, empleo y opciones de vida.
- **Dar oportunidades a los adolescentes:** Esto se busca con la finalidad de practicar el razonamiento y la toma de decisiones, haciéndoles preguntas que los estimulen a pensar lógicamente y a considerar las consecuencias, ofreciéndoles, al mismo tiempo, oportunidades sin riesgos para que pongan a prueba sus propias ideas y aprendan de sus errores.

e. Proveer y abogar

Los adolescentes necesitan que los padres les aporten no sólo una adecuada alimentación, vestimenta, techo y atención de la salud, sino también un ambiente familiar acogedor y una red de adultos que los proteja.

El desafío para los padres es llevar a cabo esta tarea frente a barreras tales como la pobreza familiar, el racismo, la falta de apoyo a los niños, el desempleo y el subempleo, el exceso de trabajo, una educación formal limitada, la falta de recursos comunitarios, la falta de opciones después de la escuela, la falta de familiaridad con el sistema y las costumbres norteamericanas, la violencia doméstica, la pobreza y violencia de los vecindarios, el encarcelamiento de los padres, no tener casa, una enfermedad física o mental de los padres, incluyendo discapacidades, enfermedades crónicas y abuso de sustancias. Los desafíos aumentan por la

tendencia a que los servicios especializados sean menos comunes en la adolescencia y a que algunos problemas, como, por ejemplo, las enfermedades mentales y el abuso de sustancias, se hagan más comunes.

Menos reconocido es el concepto de que los adolescentes también necesitan que los padres les ayuden a proveerse de “capital social”, es decir, buscar relaciones dentro de la comunidad que complementen lo que la familia inmediata puede o incluso debe proveer en forma de recursos, guías, entrenamiento y apoyo. Esta función paterna, a veces llamada “gestión familiar”, “abogacía”, “patrocinio” o “estrechar lazos en la comunidad”, se observa en el ejercicio de ser padres en distintos grupos étnicos y socioeconómicos, particularmente en la adolescencia, a medida que el niño se prepara y entra en un mundo más amplio y pasa más y más tiempo en ámbitos sin estructura ni supervisión.

Una parte clave de este concepto involucra colaborar con los propios adolescentes, trabajando juntos como aliados, para solucionar los problemas que enfrentan.

Provocando aún más tensión, se encuentra la necesidad dentro de los vecindarios y escuelas existentes de buscar personas y programas que puedan asistir a los adolescentes de forma efectiva en áreas tales como la educación, las necesidades especiales, el desarrollo de talentos, la recreación, el cuidado de la salud, el cuidado de la salud mental, la asistencia económica, el asesoramiento legal, los tutores formales e informales y el empleo. Dichas estrategias pueden mediar, si bien no eliminar, los impactos negativos de la pobreza familiar y

el deterioro del vecindario. También ayudan a combatir la disminución de oportunidades para lograr relaciones adultos-adolescentes más duraderas, dado el contacto limitado entre los maestros y los adolescentes en las escuelas, la alta rotación de los proveedores de servicios de salud, y las distancias geográficas que separan a muchas familias extendidas.

Un subgrupo de estas estrategias aborda la necesidad de que los padres aboguen por los adolescentes, involucrándose en la escuela de sus hijos, incluyendo, donde sea culturalmente apropiado y logísticamente posible, reuniones con los maestros, consejeros orientadores, y otros miembros del personal; desempeñando funciones escolares; participando en las aulas; ayudando a su hijo a entender y ajustarse a las transiciones a la escuela media y el secundario; controlando la calidad y cantidad de la enseñanza y los servicios especiales; y abogando por servicios mejores o más apropiados.

También se ha notado la necesidad de buscar personas y programas para los jóvenes que complementen al hogar y la escuela en áreas tales como la responsabilidad de la comunidad sobre el aprendizaje y la construcción de habilidades vocacionales.

e.1. Estrategias para padres

- **Establecer una red dentro de la comunidad:** Así como dentro de las escuelas, la familia, las organizaciones religiosas y los servicios sociales para identificar recursos que puedan brindar una relación positiva con los adultos y los pares, que aconsejen, capaciten y ofrezcan actividades para su hijo (a) adolescente.

- **Tomar decisiones informadas:** Entre las distintas opciones disponibles en las escuelas y los programas educativos, tomando en cuenta temas tales como la seguridad, el clima social, el enfoque hacia la diversidad, la cohesión de la comunidad, las oportunidades para las relaciones entre pares y con mentores, y la combinación entre las prácticas escolares y las necesidades y estilos de aprendizaje de su hijo (a) adolescente.
- **Tomar decisiones informadas similares:** Entre las opciones disponibles en los barrios, el compromiso hacia la comunidad y los programas para jóvenes.
- **Tomar medidas o abogar por la prevención de la salud:** Y el tratamiento, incluyendo el cuidado de la enfermedad mental.
- **Identificar personas y programas que lo informen y apoyen:** Para manejar las responsabilidades de los padres y para comprender los desafíos sociales y personales de la educación de un adolescente.

2.5. Los Adolescente:

Maciá (2002) define la adolescencia como un estadio del desarrollo del niño tan importante como la primera infancia o la pubertad, pero es, además, el último antes de pasar a la edad adulta, el último en el que los padres sienten la responsabilidad total de la educación de sus hijos. Es una etapa de cambio difícil para el propio adolescente y para sus padres, en la que con mucha frecuencia aparecen conflictos, desavenencias e incluso problemas más graves (p. 174).

La OPS (2009) define a los jóvenes como personas entre los 15-24 años, población joven como personas entre las edades de 10-24 años y a adolescentes como personas entre las edades de

10-19 años, las cuales se encuentran en un proceso de desarrollo continuo. La adolescencia se divide en etapas:

	Mujer (años)	Varón (años)
Pre-adolescencia	9a12	10 a 13
Adolescencia temprana	12a14	13 a 15
Adolescencia	14a16	15 a 17
Adolescencia tardía	16a18	17a 18

2.5.1. Las tareas para los adolescentes

Simpson (2001) manifiesta que los adolescentes tienen 10 tareas:

2.5.1.1. Acostumbrarse a cuerpos y sentimientos en proceso de maduración sexual

Los adolescentes deben adaptarse a un cuerpo que duplica su tamaño y adquiere características sexuales; aprender a manejar los cambios biológicos y los sentimientos sexuales que los acompañan y a practicar conductas sexuales saludables. Su tarea también incluye establecer una identidad sexual y desarrollar habilidades para las relaciones románticas.

2.5.1.2. Desarrollar y aplicar habilidades de pensamiento abstracto

Los jóvenes suelen atravesar cambios profundos en su forma de pensar durante la adolescencia, lo que les permite comprender y coordinar ideas abstractas más efectivamente, pensar en distintas posibilidades, ensayar hipótesis, pensar en el futuro, pensar sobre el pensamiento y construir filosofías.

2.5.1.3. Desarrollar y aplicar un nivel de perspectiva más complejo

Los adolescentes adquieren una nueva y potente habilidad para comprender las relaciones humanas, en las que, una vez que aprenden a “ponerse en el lugar de otra persona”, aprenden a tener en cuenta sus propias perspectivas y las de los demás simultáneamente, y a usar esta nueva capacidad para resolver conflictos y problemas en las relaciones.

2.5.1.4. Desarrollar y aplicar nuevas habilidades de adaptación en áreas tales como la toma de decisiones, la solución de problemas y la resolución de conflictos.

En relación con todos estos cambios notables, los adolescentes adquieren nuevas habilidades para pensar y planificar el futuro, para utilizar estrategias más sofisticadas en la toma de decisiones, solución de problemas y resolución de conflictos y para moderar los riesgos que toman, y así alcanzar sus metas en lugar de ponerlas en peligro.

2.5.1.5. Identificar patrones morales, valores y sistemas de creencia significativos

Construyendo sobre estos cambios y las habilidades resultantes, los adolescentes típicamente desarrollan un entendimiento más complejo del comportamiento moral y los principios subyacentes de justicia y afecto, cuestionando creencias de la infancia y adoptando valores, visiones religiosas y sistemas de creencias personalmente más significativos para guiar sus decisiones y comportamientos.

2.5.1.6. Comprender y expresar experiencias emocionales más complejas

Con relación a estos cambios, los adolescentes tienden a adquirir la habilidad de identificar y comunicar emociones más complejas, comprender las emociones de otros de maneras más sofisticadas y pensar acerca de las emociones de manera abstracta.

2.5.1.7. Formar amistades íntimas de apoyo mutuo

Si bien los jóvenes típicamente tienen amigos durante toda la infancia, los adolescentes suelen desarrollar relaciones de pares que juegan un papel mucho más importante para brindar apoyo y conexión en su vida. Tienden a pasar de amistades basadas en gran medida en compartir actividades e intereses a otras basadas en compartir ideas y sentimientos, con el consiguiente desarrollo de confianza y entendimiento mutuo.

2.5.1.8. Establecer aspectos claves de la identidad.

Hasta cierto punto, la formación de la identidad es un proceso que dura toda la vida, pero los aspectos cruciales de la identidad se forjan típicamente durante la adolescencia, incluyendo el desarrollo de una identidad que refleja un sentido de individualidad y la conexión con personas y grupos valorados. Otra parte de esta tarea es desarrollar una identidad positiva con respecto al género, los atributos físicos, la sexualidad, la etnia y, si fuera el caso, el hecho de ser adoptado; también deben desarrollar una conciencia de la diversidad de grupos que conforman la sociedad.

2.5.1.9. Hacer frente a las demandas que implican roles y responsabilidades cada vez más maduros.

Los adolescentes gradualmente adoptan los papeles que se esperará de ellos durante la adultez,

aprendiendo a adquirir las habilidades y manejar las múltiples demandas que les permitirán moverse en el mercado laboral y satisfacer las expectativas en cuanto a su compromiso con la familia, la comunidad y la ciudadanía.

2.5.1.10. Renegociar las relaciones con los adultos que ejercen el rol de padres

Aunque a veces, la tarea de los adolescentes ha sido descrita como “separarse” de los padres y otros cuidadores, se la considera ahora más como una tarea conjunta de adultos y adolescentes para negociar un cambio que establezca un equilibrio entre la autonomía y una conexión continua, enfatizando una u otra según los antecedentes étnicos de cada familia.

Esta lista de tareas no pretende sugerir que los adolescentes enfrenten o resuelvan estas tareas en ningún orden ni secuencia particular, o que logren todas inmediatamente. Por el contrario, la mayoría de los hitos del desarrollo evolucionan gradualmente, episódica y separadamente y en combinación con pausas y regresiones a lo largo del camino.

Por último, la mayoría de los adolescentes atraviesa las tareas del desarrollo de una manera sorprendentemente exitosa. Sin embargo, una serie de factores pueden poner a los adolescentes en riesgo para no cumplir estos pasos, entre ellas, necesidades especiales y dificultades de aprendizaje; privaciones tempranas que impidieron establecer las bases del desarrollo; desvalorización y discriminación en relación con temas como etnia, clase u orientación sexual; falta de apoyo adulto; trauma físico o emocional; enfermedad física o mental, disfunción familiar;

pobreza; disfunción y violencia en la comunidad o el barrio; y escasez de oportunidades para desarrollar capacidades. En algunos casos, por estas u otras razones, el adolescente y su familia no están listos para emprender ciertas tareas sin apoyo significativo y/o trabajo terapéutico.

Estas diez tareas, se ofrecen como una contribución al proceso crucial de ayudar a los padres a entender su papel en la evolución positiva de los jóvenes y como una invitación a seguir con el proceso.

2.5.2. Cambios en el desarrollo del adolescente

Simpson (2001) Los cambios en el desarrollo del adolescente, es una mezcla de grandes saltos hacia adelante, saltos reactivos hacia atrás y pausas periódicas, los adolescentes presentan a los padres pruebas evidentes de que están desarrollando, a medida que los aspectos físicos, cognitivos, emocionales y sociales del desarrollo se ponen en juego gradual, de forma irregular e interactiva.

2.5.2.1. Sexualidad: En relación con la sexualidad, es probable que los padres sean testigos no sólo de un pico de crecimiento físico e hitos sexuales, sino también de la experimentación de formas de comportamiento sexual, relaciones románticas y el forjamiento de una identidad sexual.

2.5.2.2. Pensamiento Abstracto: Por otro lado, los padres pueden notar el surgimiento de una nueva sofisticación en la capacidad de pensamiento de sus adolescentes, incluyendo una mayor capacidad para el pensamiento abstracto. Este puede ser un tiempo rico en introspección y reflexión, con un entendimiento más

profundo de temas como la amistad, la justicia, la identidad y la religión, y con una mayor capacidad para las relaciones, el estudio académico y el trabajo complejo.

2.5.2.3. Mejora su toma de perspectiva. Si bien es probable que en la pre adolescencia aprendieran cómo “ponerse en el lugar de otros”, ahora pueden hacerlo más firmemente. También, a menudo comienzan a salir de su propia perspectiva y de la perspectiva de otra persona, y a usar esta nueva habilidad en la resolución de problemas. Gracias en parte a algunas de estas nuevas capacidades, muchos adolescentes se vuelven más hábiles en distintos tipos de **capacidades de adaptación**. Estas nuevas habilidades pueden incluir capacidades más sofisticadas para la toma de decisiones, la solución de problemas y la resolución de conflictos, así como un cambio hacia una futura orientación y una mayor destreza para fijar y planear metas realistas. Existe un debate significativo entre los investigadores sobre cómo interpretar la toma de riesgos que muchos consideran característica de la adolescencia. Muchos investigadores y profesionales sostienen que, así como la terquedad de los niños que empiezan a andar, algún tipo de riesgo en la adolescencia es esencial para un crecimiento saludable, y promueve el desarrollo de la identidad y la habilidad para tomar decisiones. También, si bien se cree que la toma de riesgos aumenta desde la infancia a la adolescencia, existe debate acerca de si los adolescentes realmente asumen más conductas de riesgo y más a menudo que los adultos, o si simplemente sólo lo parece, tal vez porque usan distinto tipo de información para hacer juicios de valor y tienen menos

información sobre las consecuencias, menos opciones para protegerse de ellas, o menores recursos para recuperarse de los fracasos.

2.5.2.4. Cambios en su concepción de la moralidad: En donde su entendimiento de lo correcto y lo incorrecto ya no se basa en reglas concretas, sino más bien en principios sobre la justicia y el afecto, así como en la perspicacia, a partir de sus nuevas capacidades para la toma de perspectivas y la empatía. Existe un progreso similar hacia un pensamiento más sofisticado en relación con la religión y la espiritualidad.

2.5.2.5. Desarrollan una comprensión de los sentimientos más sofisticada: Como, por ejemplo, la habilidad para pensar con más eficacia sobre las intenciones que existen detrás de las acciones y sobre las emociones ocultas. Los adultos y los adolescentes por igual experimentan la adolescencia como un momento pasajero de emociones más intensas, inhibición y cambios de ánimo, si bien las causas, incluyendo las maneras en que pueden relacionarse con cambios hormonales y otros aspectos del desarrollo, no están claras.

2.5.2.6. La amistad entre pares cobra nueva importancia y sentido: En la adolescencia y la mayoría de los investigadores ven este cambio como un hito significativo de desarrollo social. Las amistades típicamente se vuelven más íntimas, más estables, consumen más tiempo, son más importantes en la vida de los adolescentes y un pilar para el aprendizaje sobre las relaciones adultas. Sin embargo, los investigadores también han notado que las relaciones con los padres

siguen siendo importantes, y que los adolescentes prefieren recurrir al consejo de los padres en relación con las decisiones más importantes de la vida.

2.5.2.7. Luchan por establecer aspectos claves de su identidad: Este tema importante, y para algunos centrales, en la adolescencia a menudo trae aparejados tiempos de experimentación con distintas “identidades” temporarias, por medio de estilos alternativos de vestimenta, joyería, música, peinados, modales y estilos de vida, mientras los adolescentes luchan por identificar su verdadero “yo” entre aparentes contradicciones sobre la forma en que se sienten y comportan en diferentes situaciones, y con diferentes niveles de pensamiento y comprensión. Incluidos en esta búsqueda hay aspectos de la identidad de género, así como de identidad vocacional y otros temas.

Todos estos desarrollos, en forma coordinada con apropiadas experiencias escolares, con los pares, los mentores, la familia, la comunidad y en el trabajo, ayudan a los adolescentes a aprender las capacidades y manejar las múltiples demandas de **roles y responsabilidades de una madurez creciente** con respecto a la educación, la ocupación, la familia y la ciudadanía, de manera que al final puedan alcanzar las expectativas inherentes a la adultez joven.

Todos estos cambios generan un impacto en la relación del adolescente con sus padres, y pueden crear mayores conflictos, crítica y autocrítica, variabilidades emocionales, introversión, indecisión, incompatibilidad y distanciamiento de la familia y de las actividades familiares. Por otro lado, también generan mayor espacio

y profundidad en las discusiones, opciones nuevas y estimulantes para conexiones intelectuales y emocionales, y oportunidades para una serie de actividades más ricas y sofisticadas en la vida familiar.

Considerados en su totalidad, dan lugar a maneras en las cuales **los padres y los adolescentes en conjunto renegocian su relación**, separándose en algunos aspectos y conectándose más profundamente en otros, acomodando y respetando las necesidades y los logros de los otros cambios del desarrollo y los valores y metas familiares.

CAPÍTULO III

3.1. ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS

3.1.1. Percepción de los adolescentes de nivel secundaria de una Institución Educativa de la Provincia de Chota.

TABLA N°01

Estilos de Crianza en los Adolescentes de Nivel Secundaria de una Institución Educativa de Chota 2016.

Estilos	Frecuencia	Porcentaje
Estilo Autoritario	49	16.3
Estilo Autoritativo	30	10.0
Estilo Mixto	39	13.0
Estilo Negligente	111	37.0
Estilo Permisivo/ Indulgente	71	23.7
Total	300	100.0

FUENTE: APLICACIÓN DE LOS CUESTIONARIOS A LOS ALUMNOS

En la tabla 1 se observa que el 37% de los adolescentes evaluados presentan el estilo de crianza Negligente, el 23,7% el estilo de crianza permisivo/indulgente; el 16,3% presenta el estilo Autoritario; el 13% Mixto y por último un 10% presenta el estilo Autoritativo.

TABLA N°02

Estilo de Crianza “Compromiso” en los Adolescentes de Nivel Secundaria de una Institución Educativa de Chota 2016

Compromiso	
Media	30,79
Mediana	33,00
Moda	36
Desv. típ.	6,835
Mínimo	9
Máximo	33

<i>Estilo de Crianza “Compromiso”</i>		
	Frecuencia	Porcentaje
Debajo del promedio	129	43,0
Promedio	31	10,0
Encima del promedio	140	47,0
Total	300	100,0

FUENTE: APLICACIÓN DE LOS CUESTIONARIOS A LOS ALUMNOS

En la Tabla 2 se muestra que en la Sub escala Compromiso un 47% de los alumnos presenta un nivel por encima del promedio, el 43% debajo del promedio y un 10% se encuentra en nivel promedio.

TABLA N°03

Estilo de Crianza: “Autonomía Psicológica” en los Adolescentes de Nivel Secundaria de una Institución Educativa de Chota 2016

Autonomía Psicológica	
Media	22,96
Mediana	23,00
Moda	26
Desv. típ.	4,503
Mínimo	11
Máximo	23

<i>Estilo de Crianza: “Autonomía Psicológica”</i>		
	Frecuencia	Porcentaje
Debajo del promedio	134	45,0
Promedio	32	10,0
Encima del promedio	134	45,0
Total	300	100,0

FUENTE: APLICACIÓN DE LOS CUESTIONARIOS A LOS ALUMNOS

En la Tabla 3 se muestra que en la Subescala Autonomía Psicológica un 45% de los alumnos presenta un nivel por encima del promedio, el 45% debajo del promedio y un 10% se encuentra en nivel promedio.

TABLA N°04

Estilo de Crianza: “Control Conductual” en los Adolescentes de Nivel Secundaria de una Institución Educativa de Chota 2016.

Control Conductual	
Media	27,15
Mediana	28,00
Moda	28
Desv. típ.	3,510
Mínimo	13
Máximo	28

<i>Estilo de Crianza “Control Conductual”</i>		
	Frecuencia	Porcentaje
Debajo del promedio	105	35,0
Promedio	77	26,0
Encima del promedio	118	39,0
Total	300	100,0

FUENTE: APLICACIÓN DE LOS CUESTIONARIOS A LOS ALUMNOS

En la Tabla 4 se observa en la Subescala Control Conductual un 39% de los alumnos presenta un nivel por encima del promedio, el 35% debajo del promedio y un 26% se encuentra en nivel promedio.

3.1.2. Percepción de los adolescentes de nivel secundaria de una Institución Educativa de la Provincia de Chota.

El presente estudio denominado Propuesta de un Programa Amor y Límites en adolescentes de Nivel Secundaria de una Institución Educativa de Chota 2016 tuvo como uno de sus objetivos principales describir los estilos de crianza en los adolescentes de nivel secundario.

Tras el procesamiento de datos, los resultados obtenidos indican que, en la población de estudio predomina el Estilo de crianza Negligente con un 37%, estos resultados coinciden con De los Santos, S y Quinde, M. (2014) en su investigación Estilos de crianza y autoestima en estudiantes de Secundaria-Chiclayo, cuya muestra estuvo conformada por 175 alumnos, al aplicar la escala de Steinberg encontraron que el 26.9% presenta un estilo de crianza negligente. Este resultado nos indica que en nuestra población de estudio los padres muestran poco o ningún compromiso con su rol de padres. No ponen límites a sus hijos porque no hay un verdadero interés por hacerlo. Les faltan respuestas afectivas o de control conductual en situaciones diarias y/o en aquellas en que críticamente se requieren.

Así mismo un 53% de los adolescentes perciben bajo acercamiento emocional, sensibilidad e interés proveniente de sus padres, estos resultados difieren del estudio realizado por Maestre, V. y Samper, P. (2007). quienes encontraron que los hijos perciben el apoyo emocional y empatía por parte de sus padres.

Con respecto a la subescala Autonomía Psicológica demuestra que el 55% de los padres de los evaluados emplean escasas estrategias democráticas, no-coercitivas y no fomentan la individualidad y autonomía de sus hijos, este resultado se relaciona con la investigación de Navarrete, P. (2011); quien encontró que los hijos de padres autoritarios tienen una deficiente adaptación a la vida

familiar y escolar, generando dificultades en las relaciones que establecen tanto con los adultos como con sus pares.

Finalmente, en la subescala de control conductual el 61% de los evaluados no perciben a sus padres como controladores o supervisores de sus conductas, esto coincide con la evaluación de Saenz F, (2010) en su investigación Relación entre las actitudes sexuales y los estilos de crianza en los estudiantes del tercer y cuarto año de secundaria en una I.E de Chiclayo encontró que el 51.7% de los estudiantes presentan el estilo de crianza permisivo.

3.2. PRESENTACIÓN DE LA PROPUESTA.

I. Título

PROPUESTA DE UN PROGRAMA AMOR Y LÍMITES EN ADOLESCENTES DE NIVEL SECUNDARIA CON ESTILOS DE CRIANZA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE LA PROVINCIA DE CHOTA.

II. Datos Generales:

Institución: Institución Educativa “SJ”-Chota

Ubicación de la Institución: Chota - Cajamarca.

Número de Participantes: 30 (15 alumnos y 15 padres de familia)

Numero de sesiones : 15 sesiones.

- Padres: 5 sesiones
- Alumnos: 5 sesiones
- Padres y alumnos: 5 sesiones

Tiempo de cada sesión: 120 minutos cada sesión.

Modalidad de trabajo: 1 vez por semana (Grupal)

Duración: 01 meses y 01 semana.

Responsable: Ps. Fiorela Yesmith Llatas Chávez

Asesor: M. Sc. María Del Pilar Fernández

III. Introducción

De acuerdo a la realidad problemática de la investigación se cree importante crear una propuesta de un programa de Amor y Límites en alumnos de nivel secundaria de una institución educativa de la provincia de Chota, con la finalidad de mejorar los estilos de crianza de padres a hijos y así prevenir problemas psicosociales a futuro en los mismos.

IV. Objetivos

General:

- Mejorar los estilos de crianza en los alumnos de nivel secundaria de una institución educativa de la provincia de Chota 2016.

Específicos:

- Permitir que los padres de familia sean conscientes del estilo de crianza que brindan a sus hijos en los adolescentes de una institución educativa de la provincia de chota 2016.
- Aumentar lazos afectivos de padres a hijos en los adolescentes de una institución educativa de la provincia de chota 2016.
- Mejorar la comunicación entre los padres y los adolescentes de una institución educativa de la provincia de chota 2016.

V. METODOLOGÍA

Para el desarrollo del presente programa se tuvo en cuenta las siguientes estrategias:

Trabajos individuales: Permite una autorreflexión de las sesiones para luego ponerle en práctica en el día a día.

Trabajos en grupo: Permite conocer los diferentes puntos de vista y el aprendizaje de los mismos.

Organizadores visuales y auditivos: Permite reforzar el aprendizaje para una mejor comprensión de los temas.

VI. Materiales

Para realizar las sesiones de lo programa se utilizaran los siguientes materiales:

- ✓ Cañón Multimedia
- ✓ Tijeras
- ✓ Computadora
- ✓ Parlantes
- ✓ Hojas A-4
- ✓ Lapiceros
- ✓ Plumón.
- ✓ Pizarra.
- ✓ Cartulina
- ✓ Revistas
- ✓ Papelotes
- ✓ Cinta makestaing
- ✓ Cd

VII.- Cuadro de Contenidos

PROG RAMA	Sesiones padres.	Sesiones adolescentes	Sesiones padres y adolescentes	Estrategias	Tiempo
PROGRAMA DE AMOR Y LIMITES	1. "Reconociendo nuestros estilos de crianza".	1. "Mis sueños forman mi proyecto de vida".	1. Juntos lograremos tus metas.	<ul style="list-style-type: none"> • Saber dónde está su hijo • Mantener contacto con otros adultos • Participar en eventos escolares • Mantenerse informado sobre los progresos de su hijo • Estar atento y reconocer señales de alarma • Pedir consejo si existe preocupación • Evaluar el grado de desafío de las actividades • Dinámicas • Apoyar la educación del adolescente 	120 mit.
	2. "Constituyendo las normas en casa".	1. "Comprendiendo a mis padres".	2. Comunicándonos en familia.	<ul style="list-style-type: none"> • Mantener las reglas familiares • Comunicar expectativas • Elegir los campos de batalla • Renegociar responsabilidades y privilegios • Modelamiento • Dinámicas 	120 mit.
	3. "Reforzando las conductas saludables".	3. "Respetando las reglas de casa".	3. Importancia de las reuniones familiares.	<ul style="list-style-type: none"> • Renegociar responsabilidades y privilegios • Dar un buen ejemplo • Mantener o establecer tradiciones • Dinámicas • Juego de roles 	120 mit.
	4. "Aplicando sanciones saludables".	4. "Aprendiendo a defenderme ante presiones negativas".	4. La familia y su apoyo ante la presión de los compañeros.	<ul style="list-style-type: none"> • Utilizar la disciplina como herramienta • Restringir los castigos • Dinámicas • Modelamiento • Juego de roles 	120 mit.
	5. "Escudo protector ante problemas psicosociales".	5. "Reconociendo a la buena amistad".	5. Recordando lo aprendido.	<ul style="list-style-type: none"> • Saber dónde está su hijo • Participar en eventos escolares • Vigilar las experiencias de su hijo adolescente • Tomar decisiones informadas • Dinámicas • Modelamiento • Juego de roles • Participar en eventos escolares 	120 mit.

VIII.- Desarrollo de las sesiones de la propuesta del programa Amor y Límites.

Las actividades y acciones previstas para este programa se llevarán a cabo a través de una modalidad de talleres, basados en el trabajo vivencial, reflexivo y trabajo grupal. Este programa incluye un marco conceptual y técnicas psicológicas que puedan ayudar a mejorar los estilos de crianza en los adolescentes de una institución educativa de la provincia de Chota. El programa consta de 15 sesiones y el tiempo de duración son de 60 minutos cada sesión; en un día se realizan 3 sesiones, para el desarrollo se deberá contar con dos facilitadores, para que en la primera hora un facilitador trabajará con los padres y el otro facilitador en ambiente diferente trabajará con los adolescentes, en la segunda hora se unirán los padres con los adolescentes y los dos facilitadores para que trabajen la sesión en la siguiente hora. Es decir, en un día se realizará tres sesiones, en un tiempo de cinco semanas; dichos talleres están dirigidos a los adolescentes con sus padres de familia y las sesiones se realizarán de manera grupal con 15 adolescentes con sus respectivos padres.

IX. Consideraciones Previas para el desarrollo de la Capacitación del Programa de Amor y Límites.

1. Identificación y selección de facilitadores

Profesional de las carreras relacionadas a las ciencias sociales, de la educación, salud o afines que cumplen con el siguiente perfil:

- Interés y experiencia previa en temas de familia y adolescencia.
- Experiencia de trabajo con familias y/o adolescentes.
- Habilidades de comunicación interpersonal.
- Habilidades para trabajar en equipo.
- Conocimiento y experiencia en el manejo de grupos.

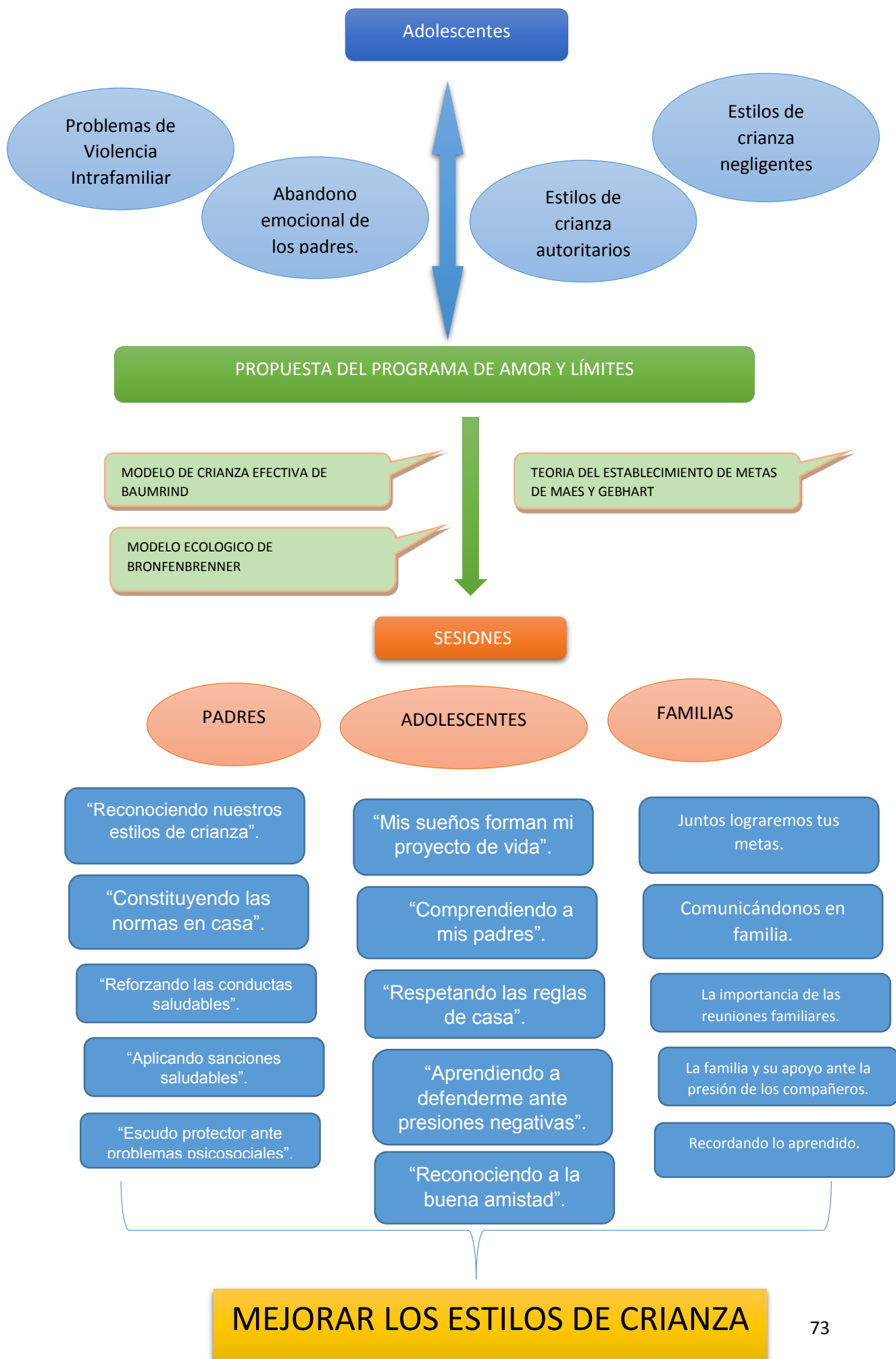
- Es importante garantizar que los profesionales seleccionados cuenten con disponibilidad de tiempo y compromiso para ejecutar todos los talleres.

2. Convocatorias

La capacitación está dirigida a un número de 30 participantes como máximo, debido a que la metodología de la capacitación es predominantemente práctica (vivencial y participativa) y sería difícil lograr los resultados esperados con un número mayor.

3.3. Modelo teórico de la propuesta

Propuesta de un programa de Amor y Límites en Adolescentes de una Institución Educativa de la Provincia de Chota.



CONCLUSIONES

Después del análisis de resultados se concluye:

- El Programa de “Amor y Límites” en adolescentes de nivel secundaria busca mejorar los estilos de crianza en una institución educativa de la provincia de Chota.
- El estilo de crianza predominante en los adolescentes de una Institución Educativa de Chota es Negligente.
- La subescala de compromiso se encuentra en un nivel debajo del promedio, indicando los adolescentes que sus padres tienen poco acercamiento emocional, sensibilidad e interés hacia ellos.
- En la Subescala de Autonomía Psicológica predomina el nivel debajo del promedio. Esto indica que los adolescentes perciben que sus padres emplean pocas estrategias democráticas y que sus padres no animan a la individualidad y autonomía.
- En la subescala de Control Conductual se encuentra en su mayoría en un nivel debajo del promedio. Esto indica que los adolescentes perciben que sus padres son poco controlados o supervisores del comportamiento de los adolescentes.

RECOMENDACIONES

El programa de Amor y Límites; es viable y sostenible para su ejecución después de las conclusiones, se recomienda:

- Evaluar los diferentes factores que llevan a que en la población sea predominante el estilo de crianza Negligente y definir con mayor claridad las repercusiones en las conductas de los adolescentes.
- Aplicar el programa de “Amor y Límites” que fomenten a que los padres tengan mayor involucramiento en las actividades y conductas que tienen sus hijos.
- Brindar a los padres a través de charlas educativas y/o programas estrategias democráticas o medidas coercitivas adecuadas para la crianza de sus hijos.

REFERENCIA BIBLIOGRÁFICAS

Alarcón, A. y Rubio, D. (2010). *Estilos de crianza y desajuste del comportamiento psicosocial en adolescentes de 13 a 18 años en una I.E. de Chiclayo*. (Tesis de Licenciatura). Universidad Señor de Sipán. Pimentel. Perú.

Anastasi,1998 (Citado por María Calle, 2014), *Acoso escolar en los estudiantes del cuarto grado de educación secundaria de la institución educativa femenina y la institución educativa secundaria masculina de la ciudad de Piura 2014*.

Darlin y Stenberg,1993 (Citado por Merino C, y. Arndt, S 2004), Citado por Sully I, y Daisy M (2011), *Estilos de Crianza y Agresividad en adolescentes de secundaria de Chiclayo*.

De León, V. y Torres, M (2007). *Estilos de crianza y plan de vida en adolescentes de Maracaibo*. (Tesis de Maestría). Recuperado de <http://200.35.84.131/portal/bases/marc/texto/3201-07-01053.pdf>.

De los Santos, S y Quinde, M. (2014). *Estilos de crianza y autoestima en estudiantes de Secundaria-Chiclayo*. (Tesis de Licenciatura). Universidad Señor de Sipán. Pimentel. Perú.

Elizabeth, B. Hurlock (1997). *Estilos de Crianza*. En *Psicología de la adolescencia* (pp. 267). México: Paidós.

Emmanuelle Piccoli (2009). *Las Rondas Campesinas y su reconocimiento estatal, dificultades y contradicciones de un encuentro: Un Enfoque Antropológico sobre el caso de Cajamarca – Perú*. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/159/15911913006.pdf>

Maciá Antón, D. (2002). *Un adolescente en mi vida*. Madrid: Pirámide.

Maestre, V. y Samper, P. (2007). Estilos de crianza en la Adolescencia y su relación con el comportamiento prosocial. *Revista*

Ministerio de Salud (2010). Plan Nacional de Salud Mental: Carlos Flores Contreras.

Latinoamericana de Psicología, 39 (2), 221-225. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/805/80539201.pdf>.

Merino, C y Arndt, S. (2004). Análisis factorial confirmatorio de la Escala de Estilos de Crianza de Steinberg: Validez preliminar del constructo. *Revista de Psicología de la PUCP*, 22(2), 187-214.

Navarrete, L. (2011) *Estilos de crianza y calidad de vida en padres de preadolescentes que presentan conductas disruptivas en el aula*. (Tesis de Maestría). Recuperado de http://cybertesis.ubiobio.cl/tesis/2011/navarrete_l/doc/navarrete_l.pdf

Navarrete, L. y Ossa, C (2013). Estilos Parentales Y Calidad De Vida Familiar En Adolescentes Con Conductas Disruptivas. *Ciencias Psicológicas*, 7(1), 47-56. Recuperado de http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?pid=S1688-212013000100005&script=sci_arttext&tlng=es.

Organización Panamericana de la Salud. Familias Fuertes: programa familiar para prevenir conductas de riesgo en adolescentes. Una intervención para padres y adolescentes entre 10 y 14 años. Washington, D.C: OPS, © 2009.

Papalia, S, Wndkos, O & Duskim, R. (2009). Como los diferentes estilos de educar de los padres afectan a sus hijos. En *Psicología* (pp.456). México: Industria Editorial.

Olimpia, P. (2013). *Relación entre estilos de crianza y adaptación de conductas en alumnos del 1er año de Secundaria del Distrito de José Leonardo Ortiz*. (Tesis de Licenciatura). Universidad Señor de Sipán. Pimentel. Perú.

Rae Simpson, A. (2001). *Padres de hijos adolescentes: Una síntesis de la investigación y una base para la acción*. Boston: Sucie Fitzhugh.

Rodriguez, D y Torres, N (2013). *Estilos de crianza y Agresividad en estudiantes de Secundaria, Chiclayo*. (Tesis de Licenciatura). Universidad Señor de Sipán. Pimentel. Perú.

Saens, F. (2010). *Actitudes sexuales y estilos de crianza en estudiantes de 3er y 4to año de Secundaria de una I.E.* (Tesis de Licenciatura). Universidad Señor de Sipán. Pimentel. Perú

Sully I, y Daissy (2011). *Relación entre estilos de crianza y agresividad en los adolescentes de 4to y 5to año de secundaria en una I.E.* (Tesis de Licenciatura). Universidad Señor de Sipán. Pimentel. Perú

Villanueva, J. (2011). *Colegio San Juan de Chota cumple 150 años de creación*. Recuperado de <http://temasdechotaenlahistoria.blogspot.pe/2011/05/colegio-san-juan-de-chota-cumple-150.html>

ANEXOS

Anexo 1:

Escala de Estilos de Crianza de L. Steinberg

Citación sugerida:

Merino, C. (2009). Adaptación de la escala de estilos de crianza. Autor: Documento no publicado.

Nombre

Escala de Estilos de Crianza

Autor

Lawrence Steinberg (Universidad de Temple, USA)

Publicación original

El artículo de origen está publicado en la revista Child Development, por Steinberg, Elmen y Mounts (1989). Posteriormente, y al parecer es la última versión utilizada, aparece en la publicación de Lamborn, Mounts, Steinberg y Dornbusch (1991), con el título del artículo “Patterns of competence and adjustment among adolescents from authoritative, authoritarian, indulgent and neglectful families” (Patrones de competencia y ajuste entre adolescentes, desde familias autoritativas, autoritarias, indulgentes y negligentes), también en la revista Child Development..

Estructura

El instrumento total consta de 26 ítems y está agrupada en tres clusters que definen los aspectos principales de la crianza: Compromiso, Autonomía Psicológica y Control Conductual. Las dos primeras escalas tienen ítems de 4 opciones, desde 1 (Muy en desacuerdo) a 4 (Muy de acuerdo). Control Conductual contiene dos ítems de 7 opciones y otros seis de tres opciones. En las Tablas AA, BB y CC se presentan los ítems el resumen de su estructura original

La última versión tiene alternados los primeros 18 ítems entre las escalas de Compromiso (ítems impares) y Autonomía Psicológica (ítems pares).

Los últimos 8 ítems componen la escala supervisión/estrictéz y tienen tres opciones de respuesta.

La subescala de Compromiso evalúa el grado en que el adolescente percibe conductas de acercamiento emocional, sensibilidad en interés provenientes de sus padres. La subescala de Control Conductual evalúa el grado en que el padre es percibido como controlador o supervisor del comportamiento del adolescente. Finalmente, la subescala Autonomía Psicológica evalúa el grado en que los padres emplean estrategias democráticas, no-coercitivas y animan a la individualidad y autonomía.

Construcción

El instrumento fue elaborado para fines de investigación, de tal modo que aporta una descripción heurística más que diagnóstica de los estilos de crianza tal y como son percibidos por los adolescentes. Las subescalas pretenden reflejar las dimensiones de estrictéz y responsividad sugeridas por Baumrind (1971), pero principalmente por Maccoby y Martin (1983) de los cuales recogieron la diferenciación de los estilos de crianza indulgente y negligente, aspecto no contemplado por Baumrind (1971). En el diseño de los ítems, se extrajeron varios de instrumentos existentes así como la creación de los propios autores (Lamborn et al., 1991). Hasta la actualidad, se elaboraron una versión para padres y una para madres, con el contenido exactamente igual, pero en las instrucciones se orienta al examinado a tomar como referencia a la madre y al padre por separado.

Puntuación

Cada escala se puntúa independiente sumando los ítems sin ponderar. La subescala Compromiso se obtiene sumando las respuestas directas a sus ítems, y la subescala Autonomía Psicológica se obtiene invirtiendo primero todos sus valores (en la versión original el ítem 12 se puntuaba directamente; luego de la validación peruana, el dirección semántica del ítem se modificó para hacerlo consistente con los demás ítems, y luego sumándolos. La interpretación de los puntajes es directa, es decir, mientras mayor es la puntuación mayor es el atributo que refleja tal puntuación. Para la escala Control Conductual, igualmente, se suman las respuestas a los ítems. Para efectuar los análisis en el presente estudio, los dos ítems de

siete opciones de Control Conductual se redujeron a cuatro opciones, debido a los efectos que producirían la variabilidad de estos ítems sobre la extracción de los factores (Nunnally & Bernstein, 1995); este aspecto se discutió previamente en el marco teórico. La recodificación para los ítems de siete opciones (ítems 19 y 20) será descrita en los resultados.

Como se mencionó en la sección anterior, en la actualidad se obtienen dos puntuaciones, una sobre el padre y una sobre la madre, pero que luego se promedian para conseguir un solo puntaje. Como Lamborn et al. (1991) señalan, hay evidencias en la literatura sobre la convergencia de los puntajes en padres que conviven juntos. En Steinberg et al. (1992), las diferencias entre las respuestas sobre los padres y las madres no se diferenciaron significativamente.

En las siguientes tablas se resumen la composición de las subescalas, la dirección de la puntuación, las opciones de respuesta de los ítems y el puntaje mínimo y máximo. Como se observa, la subescala Control Conductual tiene dos formatos de respuesta distintos: unos de siete opciones y otro de 3 opciones y están presentados consecutivamente como los 8 ítems finales del instrumento.

Tabla AA
Ítems de la Subescala Compromiso

Nº	Item	Cod.*	Opciones
1	Puedo contar con la ayuda de mis padres si tengo algún tipo de problema.	D	1 : Muy en desacuerdo 2 : Algo en desacuerdo 3 : Algo de acuerdo 4 : Muy de acuerdo
3	Mis padres me animan para que haga lo mejor que pueda en las cosas que yo haga.	D	Idem
5	Mis padres me animan para que piense por mí mismo.	D	Idem
7	Mis padres me ayudan con mis tareas escolares si hay algo que no entiendo.	D	Idem

Nº	Item	Cod.*	Opciones
9	Cuando mis padres quieren que haga algo, me explican por qué.	D	Idem
11	Cuando saco una baja nota en el colegio, mis padres me animan a tratar de esforzarme.	D	Idem
13	Mis padres conocen quiénes son mis amigos.	D	Idem
15	Mis padres dan de su tiempo para hablar conmigo.	D	Idem
17	En mi familia hacemos cosas para divertirnos o pasarla bien juntos.	D	Idem
	Puntuación máxima	9	
	Puntuación mínima	36	

* Cod: codificación directa (D) o inversa (I)

En las subescalas Compromiso y Autonomía, la puntuación mínima es 9 y la máxima es 36. En Control/Supervisión, la puntuación mínima es 8 y la máxima es 36. Con la remodificación de los ítems 19 y 20, la puntuación mínima es 8 y la máxima disminuye a 26.

Tabla BB

Ítems de la Subescala Autonomía Psicológica

Nº	Item	Cod.*	Opciones
2	Mis padres dicen o piensan que uno no debería discutir con los adultos.	I	1 : muy en desacuerdo 2 : Algo en desacuerdo 3 : Algo de acuerdo 4 : Muy de acuerdo
4	Mis padres dicen que uno debería no seguir discutiendo y ceder, en vez de hacer que la gente se moleste con uno	I	1 : muy en desacuerdo 2 : Algo en desacuerdo 3 : Algo de acuerdo 4 : Muy de acuerdo
6	Cuando saco una baja nota en el colegio, mis padres me hacen la vida "difícil".	I	1 : muy en desacuerdo 2 : Algo en desacuerdo 3 : Algo de acuerdo 4 : Muy de acuerdo
8	Mis padres me dicen que sus ideas son correctas y que yo no debería contradecirlas.	I	1 : muy en desacuerdo 2 : Algo en desacuerdo 3 : Algo de acuerdo 4 : Muy de acuerdo
10	Siempre que discuto con mis padres, me dicen cosas como, "Lo comprenderás mejor cuando seas mayor"	I	1 : muy en desacuerdo 2 : Algo en desacuerdo 3 : Algo de acuerdo 4 : Muy de acuerdo
12	Mis padres no me dejan hacer mis propios planes y decisiones para las cosas que quiero hacer.**	I	1 : muy en desacuerdo 2 : Algo en desacuerdo 3 : Algo de acuerdo 4 : Muy de acuerdo
14	Mis padres actúan de una manera fría y poco amigable si yo hago algo que no les gusta.	I	1 : muy en desacuerdo 2 : Algo en desacuerdo 3 : Algo de acuerdo 4 : Muy de acuerdo

16	Cuando saco una baja nota en el colegio, mis padres me hacen sentir culpable.	I	1 : muy en desacuerdo 2 : Algo en desacuerdo 3 : Algo de acuerdo 4 : Muy de acuerdo
18	Mis padres no me dejan hacer algo o estar con ellos cuando hago algo que a ellos no les gusta	I	1 : muy en desacuerdo 2 : Algo en desacuerdo 3 : Algo de acuerdo 4 : Muy de acuerdo
Puntuación máxima			9
Puntuación mínima			36

* Cod: codificación directa (D) o inversa (I)

** En la versión original, este ítem estaba fraseado en sentido inverso a los demás ítems de esta escala. Los análisis demostraron que esta era un problema en la correlación inter-ítems, así que la versión actual (aquí) ha puesto el fraseado del ítem en el mismo sentido que los demás de su escala.

Tabla CC

Ítems de la Subescala Control Conductual

Nº	Item	Cod.*
19	En una semana normal, ¿cuál es la última hora hasta donde puedes quedarte fuera de la casa de LUNES A JUEVES?	D 7 : No estoy permitido 6 : Antes de las 8:00 5 : 8:00 a 8:59 4 : 9:00 a 9:59 3 : 10:00 a 10:59 2 : 11:00 a más 1 : tan tarde como yo decida
20	En una semana normal, ¿cuál es la última hora hasta donde puedes quedarte fuera de la casa en un VIERNES O SÁBADO POR LA NOCHE?	D 7 : No estoy permitido 6 : Antes de las 8:00 5 : 8:00 a 8:59 4 : 9:00 a 9:59 3 : 10:00 a 10:59 2 : 11:00 a más 1 : tan tarde como yo decida
21a	¿Qué tanto tus padres TRATAN de saber dónde vas en la noche?	D 1 : No tratan 2 : Tratan un poco 3 : Tratan bastante
21b	¿Qué tanto tus padres TRATAN de saber lo que haces con tu tiempo libre?	D 1 : No tratan 2 : Tratan un poco 3 : Tratan bastante
21c	¿Qué tanto tus padres TRATAN de saber dónde estás mayormente en las tardes después del colegio?	D 1 : No tratan 2 : Tratan un poco 3 : Tratan bastante
22a	¿Qué tanto tus padres REALMENTE saben dónde vas en la noche?	D 1 : No tratan 2 : Tratan un poco 3 : Tratan bastante

22b	¿Qué tanto tus padres REALMENTE saben lo que haces con tu tiempo libre?	D	1 :	No tratan
			2 :	Tratan un poco
			3 :	Tratan bastante
22c	¿Qué tanto tus padres REALMENTE saben dónde estás mayormente en las tardes después del colegio?	D	1 :	No tratan
			2 :	Tratan un poco
			3 :	Tratan bastante
Puntuación máxima		8		
Puntuación mínima		36		

* Cod: codificación directa (D) o inversa (I)

Resumen de la confiabilidad para las subescalas

La consistencia interna de los puntajes de las subescalas han seguido un patrón que ha tendido a ser moderado y bajo, dentro de las convenciones psicométricas. Como era predecible, la subescala Autonomía tiende a proporcionar puntajes con menos confiabilidad que las subescalas acompañantes, como lo sugirieron los análisis anteriores de alguno de sus ítems. Especialmente uno de sus ítems produjo un cambio dramático en la confiabilidad. Las otras subescalas poseen un nivel moderado de confiabilidad.

Validez

Se reporta evidencias de la validez de constructo mediante el análisis factorial. Se aplicó varias técnicas de extracción de factores dentro del enfoque del análisis factorial confirmatorio, y se continuó con rotación oblicua de la solución inicial. Del análisis, emergieron tres factores correspondientes a las subescalas que actualmente componen el instrumento; en el estudio de Lamborn, et al. (1991), los factores fueron etiquetados como Aceptación/Compromiso, Estrictez/Supervisión y Autonomía Psicológica. Esta solución fue virtualmente idéntica en los grupos de diferentes clases sociales, raza y estructura familiar (Steinberg et al, 1991).

Los resultados factoriales ponderaron favorablemente la validez de contenido, pues los ítems que teóricamente captaban el contenido de los constructos se ajustaron bien.

BAREMOS

COMPROMISO

Debajo del promedio >33

Promedio 33

Encima del Promedio 33 a más.

AUTONOMIA PSICOLÓGICA

Debajo del promedio > 23

Promedio 23

Encima del Promedio 23 a más.

CONTROL CONDUCTUAL

Debajo del promedio > 28

Promedio 28

Encima del Promedio 28 a más.

Anexo 2:

PROPUESTA DE UN PROGRAMA AMOR Y LÍMITES EN ADOLESCENTES CON ESTILOS DE CRIANZA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE LA PROVINCIA DE CHOTA.

PRIMERA SEMANA

SESIÓN 1: PADRES

I. Sesión: “Reconociendo nuestros estilos de crianza”

II. Duración: 60 minutos

III. Objetivos:

- Comprender el estilo de crianza que tienen los padres y las consecuencias del mismo en el presente y futuro.
- Reconocer el mejor estilo de crianza “*amor y límites*” para ayudar a sus hijos a desarrollar las habilidades necesarias para un desarrollo saludable, las competencias y cualidades deseadas.
- Aprender a apoyar los sueños y metas de los adolescentes

IV. Desarrollo de la actividad:

4.1. Bienvenida e introducción

Se pide a los padres que se presenten diciendo su nombre, la edad de su hijo o hija y lo que les gusta hacer para divertirse en familia.

- **Cualidades para los adolescentes**

Los adolescentes tienen un mejor rendimiento tanto en el colegio como fuera del cuándo saben sin dudas que sus padres los aman y al mismo tiempo, tienen reglas claras que ellos deben respetar.

Estos talleres les facilitarán herramientas para que usted como padre pueda fortalecer las relaciones familiares y promover conductas saludables en su hijo. Siendo usted la persona más influyente en la vida de sus hijos su rol durante el periodo de la adolescencia es clave para asegurar una adolescencia saludable.

Como padre es importante tomar en cuenta la manera en que se relaciona con ellos haciéndoles saber que son

importantes y que usted se preocupa por ellos. Asimismo, son importantes las reglas y sanciones que usted use cuando ellos se comportan inadecuadamente.

Tomar estos factores en cuenta le ayudará a que su hijo tenga un buen desempeño en el colegio, a que elija mejor a sus amigos y que lleve una vida más saludable con adecuadas cualidades.

Trabaje con el grupo:

1° Pida a los padres que se reúnan en parejas y analicen las metas que tienen para sus hijos (por ejemplo metas profesionales, de pareja y de familia) y las cualidades (por ejemplo honestidad) que desean ver en ellos; pida que analicen las metas y cualidades tanto para sus hijos como para sus hijas por separado.

2° Dibuje dos siluetas por separado en hojas grandes, una de una mujer y la otra de un hombre.

3° Después de 5 minutos, vuelva a reunir a todo el grupo y pídales que mencionen las metas y las cualidades que desean ver en sus hijos e hijas. Haga hincapié en el hecho de que debemos esperar lo mismo de los hombres y las mujeres.

4° Escriba esas cualidades en el rotafolio. Incluya: Honestidad, Responsabilidad, Respeto, Preocupación por los demás, Ser digno de confianza, etc.

- **Consecuencias de la crianza autoritaria**

Cuando nuestros hijos están seguros de que el afecto que les mostramos es verdadero y que las reglas que establecemos son por su bien, seguro que su conducta mejorará y tendrán una mayor participación en la familia”.

Para la mayoría de los padres es difícil establecer límites

firmes y ser cariñosos al mismo tiempo. En general, muchos padres se encuentran más cercanos a uno u otro extremo, especialmente en situaciones de estrés. Sus exigencias siempre van primero.

Existen diversos estilos de crianza uno de ellos es el autoritario, este tipo de padre siempre está controlándolo todo y dice “no” sin siquiera pensar si la respuesta pudiera ser un “sí” o un “quizás,”. El padre que se ubica en ese extremo tiene demasiadas reglas o quizás no tiene reglas específicas, pero espera de sus hijos poco menos que la perfección y que nunca se equivoquen.

Sin embargo, tampoco es bueno ubicarse en el otro extremo. Padres muy flexibles permiten que los adolescentes piensen que todo debe hacerse a su manera. Estos padres asumen los deseos de sus hijos sin preguntarse siquiera acerca de lo que es mejor para ellos o para toda la familia. Este tipo de padre a menudo se rinde, encuentra muy difícil decir “no” y no tiene suficientes reglas. Consecuentemente no espera lo suficiente de sus hijos.

El objetivo es que cada uno de ustedes puedan encontrar un término medio en la relación con su hijo; una relación donde están presentes tanto el amor como los límites, donde la familia cuenta con reglas claras con consecuencias por su incumplimiento y donde los padres supervisan y monitorean las conductas de sus hijos.

Observar el video de estilos de crianza

- **Consecuencias de la crianza permisiva**

Los padres se caracterizan por ser demasiados flexibles con sus hijos.

Ejemplo 1: Estilo permisivo

Mario (abriendo el reporte escolar de Roberto, y dirigiéndose a él): “Hijo, me alegra que lo hagas bien en Ciencias, pero te han desaprobado en Geografía.”

Roberto: “Ay papá, ya empezamos. Ese curso no me sirve para nada.”

Mario: “Pero hijo...”

Roberto: “Ay papá, ya mis amigos me están esperando para ir al fútbol.”

Mario: “Me gustaría que pongas un poquito más de esfuerzo, por favor.” **Mario piensa:** “Me gustaría decirle algo más, pero no quisiera pelearme con él.”

Preguntar a los padres:

¿Cómo define la crianza permisiva?

¿Qué piensa sobre este tipo de crianza?

¿Cuáles serían algunos resultados de la crianza permisiva?

- **Resultados de la crianza con amor y límites**

Hemos visto ejemplos de padres muy estrictos y de padres muy flexibles. Los estudios sobre padres e hijos han demostrado que los adolescentes se desarrollan mejor cuando sus padres se encuentran entre los dos extremos, y, además hay que tener reglas que hay que cumplir, considerando los sentimientos de sus hijos, demostrándoles amor y respeto.

Así, cuando sus padres les muestran amor y les ponen límites al mismo tiempo, los adolescentes tendrán un buen desempeño en el colegio, elegirán mejor a sus amigos y llevarán una vida más saludable.

Ejemplo 1: Estilo de crianza con amor y límites

Mario (abriendo el reporte escolar de Roberto, y dirigiéndose a él): “Hijo, espero que le pongas más esfuerzo a Geografía, en la escuela todos los cursos son importantes. De todas maneras, me alegro por tus notas en Ciencias y en matemáticas. Me gustaría ayudarte.”

Roberto: “Pero papá, es difícil.”

Mario: “Que te parece si esta noche trabajamos juntos.”

Roberto: “Muy bien papá.”

Preguntar a los padres:

¿Qué conducta creen que generaría una crianza con amor y límites?

- Vamos a trazar una línea imaginaria con “rara vez” en un extremo, “a menudo” en el otro y “a veces” en el medio.
- Voy a leer algunas afirmaciones acerca de diferentes maneras de actuar como padres y ustedes se situarán en el lugar de la “línea”, que indique la frecuencia con que hacen lo que digo, lea:

¿Para abordar los problemas, usted espera hasta estar calmado? ¿Hace esto rara vez, a veces, o a menudo?

¿Aplica sanciones cuando su hijo se comporta inadecuadamente? ¿Hace esto rara vez, a veces o a menudo?

¿Participa como familia en actividades divertidas?
¿Hace esto rara vez, a veces o a menudo?

¿Se asegura de que su hijo hace la tarea escolar? ¿Hace esto rara vez, a veces o a menudo?

¿Elogia su hijo cuando su conducta es adecuada? ¿Hace esto rara vez, a veces o a menudo?

¿Abraza a su hijo y le dice “te quiero”? ¿Hace esto rara vez, a veces o a menudo?

V. Cierre de la sesión

Se motiva a los padres a identificar los aprendizajes de la sesión y a realizar actividades en el hogar:

- Encontrar el término adecuado en la crianza, una relación con amor y con reglas claras, sin extremos de autoritarismo o permisividad.
- Tomen nota de una ocasión durante la semana en que fijan límites y otra ocasión en la que expresan amor.
- Recuerden el concepto de amor y límites y que lo escriban para no olvidarlo.

Repetir en voz fuerte todos a la vez el lema de los padres:

“Con amor y límites mi hijo será un buen ciudadano”.

SESIÓN 1: ADOLESCENTES

I. Sesión: “Mis sueños forman mi proyecto de vida”

II. Duración: 60 minutos

III. Objetivos:

- Conocerse unos a otros.
- Establecer normas de procedimiento y sanciones por no cumplirlas.
- Pensar en sueños y metas para el futuro y visualizarlos.

IV. Desarrollo de la actividad

Diga al grupo van a hacer una presentación muy divertida llamada “Me Pica”.

1º Pida que cada adolescente diga su nombre y un lugar donde le pica: "Soy Juan y me pica la boca".

2º A continuación el que le sigue tiene que decir cómo se llamaba el anterior y dónde le picaba y agregar su nombre y donde le pica.

3º Se continúa con el siguiente que dice el nombre del primer adolescente donde le picaba, el nombre del segundo adolescente donde le picaba y agrega su nombre y donde le pica.

4º Se prosigue hasta el último del grupo, el último tiene que decir desde el primero, los nombres de cada persona y dónde les picaba.

Se establecerá las normas de convivencia para el grupo durante la realización de los talleres.

- Hablar sólo una persona a la vez.
- Respetar las ideas de los demás.
- No interrumpir.
- No arrojar cosas.

Se realiza una lluvia de ideas de las sanciones cuando no se cumple las normas:

- Recordar las reglas.
- Llamar la atención a quien tenga conductas inapropiadas.
- Pedir a la persona que se disculpe.

Una vez que todos acepten las normas y sanciones firmarán la lista.

Dichas listas se mostrará al inicio de cada sesión.

- **Sueños para el futuro**

Pregunte a los adolescentes si conocen a algún joven exitoso, motive dando algunos ejemplos de jóvenes del país que destacan en diferentes áreas (deporte, arte, empresa o negocio, ciencias, etc.).

Pida a cada adolescente que escriba un sueño o meta que tenga para sí mismo en el papel adhesivo. Sugiera que podría ser algo que quieren aprender o alguna carrera que desean seguir. Indíqueles que no escriban su nombre.

Recoja los papeles en un tazón, cesta, caja o sombrero.

Extraiga del recipiente un papel y escriba su contenido en el rotafolio. Motive al grupo a que trate de deducir qué pasos se requerirían para alcanzar el sueño o la meta. Haga lo mismo con dos o tres papeles más.

Explique que los pasos típicos para alcanzar un sueño o meta (por ejemplo: ser abogado, músico, etc.) podrían incluir:

- ♦ Desarrollar habilidades especiales.
- ♦ Terminar los estudios secundarios.

- ♦ Prepararse para los estudios superiores.
- ♦ Estudiar la carrera y obtener el título
- ♦ Otros.

Ayude al grupo a ser lo más específico posible: ¿Qué tendrían que hacer para avanzar en cada paso? ¿Qué recursos necesitaran? ¿Quién podría ayudarles a alcanzar su sueño o meta?

Explique al grupo que tendrán la oportunidad de graficar sus sueños y metas en un proyecto llamado “Mapa del Tesoro”, el tesoro son sus sueños proyectados al futuro.

Muestre ejemplos de mapas de tesoro completos con las cuatro secciones que incluyen imágenes o palabras acerca de:

- ♦ La carrera profesional o el trabajo
- ♦ Las aficiones o pasatiempos
- ♦ Los amigos y la familia
- ♦ La salud

Se motiva a los adolescentes a crear su propio mapa, basándose en sus sueños y metas, dígales que sean tan creativos como sea posible, que pueden usar imágenes y palabras recortadas de revistas y periódicos y/o que pueden dibujar o escribir en su mapa del tesoro.

El facilitador/a debe tener previamente recortadas imágenes de revistas o periódicos, separadas en las cuatro categorías descritas; pero también puede usar plumones, crayolas, lápices de color para dibujar.

Distribuya paleógrafos, imágenes, plumones y/o lápices de colores a cada adolescente para realizar sus mapas.

Pida a los adolescentes que no escriban su nombre en sus mapas ya que sus padres en la sesión familiar adivinarán cuál de los mapas es el suyo.

Pida a un voluntario que muestre su “Mapa del Tesoro” y que le diga al grupo cuáles son sus sueños o metas. (Aquellos adolescentes que todavía no han terminado pueden seguir trabajando)

Una vez finalizados los mapas, colóquelos en la pared para visualizarlos.

V. Cierre de la Sesión

- Pregunte a los adolescentes:

¿Qué fue lo más importante que aprendieron en el taller?

Repetir en voz fuerte todos a la vez el lema de los adolescentes:

“Soy el presente soy el futuro de mi depende”.

SESIÓN 1: PADRES Y ADOLESCENTES

I. Sesión: “Juntos Lograremos Tus Metas”

II. Duración: 60 minutos

III. Objetivos:

- Establecer relaciones positivas.
- Apoyar las metas y los sueños de los y las adolescentes.

IV. Desarrollo de la sesión

1° De acuerdo al número de participantes se creará tantos grupos como sea necesario.

2° Se distribuirá a cada grupo las tarjetas con instrucciones para dos juegos el de girar la botella y el juego del nudo.

3° Pida que cada grupo elija a un adulto que lea las instrucciones de los juegos.

4° Motive a que los grupos se organicen e inicien con el Juego de la botella:

- Las personas se sientan en el piso y en forma alternada hacen girar una botella de refresco vacía (acostada) en el medio del círculo.
- La persona a la que apunta la botella cuando se detiene debe mencionar una cosa que le gusta hacer para divertirse.
- Esa misma persona hace girar la botella para que apunte hacia otro jugador, que señala lo que le gusta hacer para divertirse en familia
- Si se continua el juego las personas pueden decir de lo que están orgullosos en su familia.

5º Pida a los grupos que terminen de jugar a la rotación de la botella y empiecen el juego del nudo.

6º Nuevamente pida a un adulto de cada grupo que lea las instrucciones.

- De pie, los miembros de cada grupo forman un círculo.
- Extienden los brazos a través del círculo y se toman de la mano con otros dos miembros del grupo. (No deben tomar ambas manos de una persona ni la mano de la persona próxima a ellos.).
- Luego cada grupo trata de desenredar el nudo pasando por debajo y a través de las manos enlazadas para desenrollar el nudo. Si no logran desenredar el nudo el participante más enredado sale del grupo hasta lograr desenredar el nudo.

7º Invite al grupo a terminar con el juego del nudo y pida algunas opiniones de cómo se sintieron en los juegos.

Padres identifican y analizan el mapa del tesoro de sus hijos

1º Que los adolescentes han realizado sus mapas del tesoro, que grafica sus sueños y metas.

2º Pida a los padres que miren los mapas del tesoro y traten de identificar que mapa pertenece a su hijo. Pídales a los adolescentes que acompañen a sus padres pero sin darles pistas. (Sólo en caso de no encontrar el mapa usted pedirá al adolescente que guíe a sus padres con el juego “Caliente, Tibio, Frío”).

3º Una vez identificados los mapas, distribuya a los padres las tarjetas con preguntas para los mapas del tesoro y distribuya a los adolescentes las tarjetas de “Cuando tenías mi edad” para el dialogo con los padres.

4º Pida que padres e hijos se sienten y hablen del mapa.

- Recuerde a los padres que usen las habilidades de escuchar en forma activa y las tarjetas con preguntas para los mapas del tesoro.
- Pida a los adolescentes que hagan a sus padres las preguntas “Cuando tenías mi edad” de las tarjetas distribuidas.

5º Reúna a todas las familias y pregunte:

- A los padres: ¿Qué averiguaron acerca de las metas de su hijo?
- A los adolescentes: ¿Qué averiguaron acerca de sus padres?

Pasos para alcanzar las metas

Pida a las familias que continúen juntas para la siguiente actividad “Pasos para alcanzar las metas”:

1º Diga a los adolescentes que elijan una meta o un sueño de su mapa del tesoro.

2º Motive a que en familia realicen una lluvia de ideas sobre los pasos que el adolescente podría seguir para alcanzar esa meta.

3º Pida que piensen en las formas en las cuales los padres pueden apoyar a que se den esos pasos y se cumplan las metas propuestas.

4º Indique a las familias que escriban las ideas en un papel y que si avanzan rápido repitan el procedimiento con otra meta.

5º Pida a las familias que compartan con el grupo los pasos para alcanzar las metas.

¿En qué medida nos conocemos?

1º Forme un equipo de 4 padres y otro equipo de 4 adolescentes (hijos de

los padres del otro equipo).

2° Pida al equipo de padres que salga de la habitación.

3° Doble por la mitad las hojas de papel en blanco y distribuya tres hojas para cada adolescente. Los adolescentes deberán responder - con letras grandes – (en una hoja por pregunta) a las preguntas a continuación en la parte interior de las hojas dobladas.

4° Lea a los adolescentes tres de las siguientes preguntas acerca de sus padres (déle sólo 15 segundos para cada respuesta):

- ¿Cuál es la habilidad de mi padre de la que él o ella está más orgulloso?
- ¿Cuál es la comida favorita de mi padre?
- ¿Cuál es el color favorito de mi padre?
- ¿Cuál es la tarea doméstica que más le desagrada a mi padre?
- ¿Cuál es la tarea doméstica que más le gusta a mi padre?
- ¿Cuál es la actividad favorita de mi padre durante el fin de semana?

5° Pida a los padres que entren y hágales a cada uno las mismas tres preguntas que hizo al adolescente a su cargo. Después de que cada padre responda, el adolescente mostrará la respuesta que dio. Déle a cada equipo de padre e hijo un punto por cada respuesta correcta. (Registre los puntos en un rotafolio.)

6° Pida al equipo de adolescentes que salga de la habitación y haga a cada padre tres de las siguientes preguntas acerca del adolescente a su cargo. Indique a los padres escribir sus respuestas en la parte de adentro de las hojas de papel, para que se pueda ver sólo una respuesta a la vez.

- ¿Cuál es la habilidad de mi hijo de la que él o ella está más orgulloso?
- ¿Cuál es la comida favorita de mi hijo?
- ¿Cuál es el color favorito de mi hijo?
- ¿Cuál es la tarea doméstica que más le desagrada a mi hijo?
- ¿Cuál es el pasatiempo favorito de mi hijo?

- ¿Cuál es la asignatura favorita de mi hijo en la escuela?

7° Pida a los adolescentes que entren y hágales las mismas tres preguntas que hizo a su padre. Después de que cada adolescente responde, haga que su padre muestre la respuesta que dio para que todo el grupo pueda verla. Déle a cada equipo de padre e hijo un punto por cada respuesta correcta. (Registre los puntos en un rotafolio.)

8° Después que todos los adolescentes han respondido, vea cuál equipo ganó y pida a otros grupos que practiquen el mismo juego.

V. Cierre de la Sesión

1° Invite a los padres a mencionar los sueños de su hijo o hija, o adolescente a su cargo, luego motive a los adolescentes a indicar alguna de las metas para alcanzar el sueño señalado.

2° Avance alrededor del círculo y solicite que espontáneamente los participantes, tanto padres como adolescentes, completen la siguiente frase: *“Una cosa que aprendí acerca de alcanzar una meta es...”*

3° Recuerde a los padres sus tareas de expresar amor y establecer límites.

4° Diga al grupo que la familia tiene un lema, muestre el cartel e invite a padres e hijos a repetirlo. Somos familias fuertes, nos queremos y la pasamos bien juntos.

5° Invite a decir el lema de cada grupo:

“Somos familias con amor y límites”

SEGUNDA SEMANA

SESIÓN 2: PADRES

I. Sesión: “Estableciendo las normas en casa”

II. Duración: 60 minutos

III. Objetivos:

- Comprender la importancia de las normas en casa.
- Aprender a recordar las reglas a los adolescentes sin criticarlos.

IV. Desarrollo de la sesión

Dar la bienvenida a la sesión y valorar su participación, posterior a ello revisar la practica en casa de la sesión anterior haciendo las siguientes preguntas:

- ¿Qué límites puso para su hijo esta semana?
- ¿Cómo demostró cariño a su hijo?
- ¿Qué es lo que está funcionando bien en casa?

Reglas para nuestra familia

Es normal que los adolescentes cuestionen reglas, cambien de humor y quieran pasar más tiempo con sus amigos. De ahí que no sorprende que varios padres se sientan desconcertados.

Ustedes deben saber que sus hijos adolescentes aún están en un proceso de desarrollo para demostrarles amor y enseñarles límites, para que sean adolescentes y adultos responsables y sanos.

El hecho de que estas conductas sean parte del proceso del desarrollo, no significa que usted no pueda tomar acción. En esta etapa es más importante que nunca que su hijo aprenda a escucharlo y a tratarlo con respeto.

Si usted pasa por alto el hecho de que su hijo lo ignore, le conteste con insolencia o infrinja las reglas de la casa, eso afectará la relación con su familia y con los demás.

Es muy importante tomar en cuenta Reglas claras que detallen cómo te sientes, cual es el problema específico, la razón por la cual es importante seguir las reglas y que esperas que tu hijo haga llegando juntos a un consenso. Es como un partido de fútbol. Si ella juega fútbol y no sabe las reglas la van a dejar en la banca o la van a expulsar.”

Para empezar se debe poner pocas reglas en casa, si tratas de hacerlo todo al mismo tiempo, se te va a hacer muy difícil.”

Ejemplo 1:

Marcos: “Hola mamá.”

Gina: “Hola hijo como estás.”

Marcos: “Bien.”

Gina (dirigiéndose a Marcos): “Marcos, has llegado a comer tarde las dos últimas noches.”

Marcos: “Pero, mamá, no sabía que tenía horario para la cena.”

Gina: “De ahora en adelante la regla es: llegar a la casa antes de las 6 de la tarde a menos de que llames a avisar. Así no podrás decir que no sabías.”

Marcos: “Está bien.”

Ejemplo 2:

Francisco: “Mira Cecilia. Anoche te molestaste porque ya era hora de acostarse y no habías hecho tus tareas. Desde ahora tenemos una nueva regla: No podrás ver televisión hasta después de la cena cuando ya hayas terminado tus tareas.”

Actividad para los padres:

1° Pida a los padres que mencionen conductas problemáticas que muestran sus hijos en el hogar o la escuela.

2° Escriba dos o tres de estas conductas problemáticas en el rotafolio. Deje espacio debajo de cada una.

3° A continuación, pida a los padres que conviertan la conducta problemática en una conducta positiva deseada.

Ejemplo: “No hacer la tarea escolar” se convierte en “Hacer la tarea escolar cada noche antes de ver televisión”; “No hacer sus tareas del hogar” se convierte en “Lavar los platos antes de las 9 p.m.”

4° Pida a los padres que enumeren otras cosas que les gustaría que hagan sus hijos y regístrelas en el rotafolio. Incluya las siguientes si no se las menciona.

- Hablar respetuosamente al maestro en la escuela
- Evitar las pandillas
- Llevarse bien con otros adolescentes en vez de pelear
- Mantener su habitación limpia, con la cama hecha, la ropa acomodada y los libros o artículos personales guardados
- Levantarse a tiempo
- Terminar la tarea escolar

5° Distribuya las hojas de trabajo con posibles reglas de la familia y pida a un voluntario que lea la lista.

Usando afirmaciones en primera persona “Me siento”

El establecer una lista de reglas en el hogar ayuda a que todos los miembros de la familia tengan en claro su conducta.

Lo importante es pensar en lo que usted realmente quiere que su hijo haga, o no haga, con respecto a cada una de estas acciones y luego dejar que ellos lo sepan.

Las acciones en las que debe concentrarse son aquellas en las que su familia tiene problemas. No tiene sentido poner reglas que su hijo ya viene

cumpliendo. Pero no comience con problemas graves que quizás requieran diferentes tipos de respuestas, por ejemplo si su hijo consume drogas. Ahí se debe buscar un apoyo especializado.

Es más fácil comenzar con reglas que usted puede hacer cumplir con relativa facilidad. Desde luego, algunos adolescentes tienen más dificultad para obedecer las reglas que otros. Es bueno recordar que aunque actualmente su hijo sea obediente siempre es importante establecer reglas para evitar conductas problemáticas en el futuro.

Tenemos que ayudar a los adolescentes a que sigan las reglas sin necesidad de tener que alzarles la voz, criticarles, o reprenderles, ya que los adolescentes pueden retraerse o volverse rebeldes.

Aprendiendo a hacer afirmaciones en primera persona, puede darle a usted una oportunidad de recordarles a sus hijos las reglas sin necesidad de atacarlos. A continuación, le enseñaremos una técnica que le ayudará expresar sus emociones sin levantar la voz.

“.....Me siento.....cuando.....porque.....me gustaría.....”

Ejemplo:

María **me siento** triste **cuando** me engañas **porque** hemos perdido la confianza **me gustaría** que seas honesta para recuperar la confianza.

Preguntar a los padres:

¿En qué situaciones en casa podrían usar afirmaciones que comiencen con “Me siento...”?

Posteriormente se pide a los padres responder usando una afirmación completa “Me siento... cuando... porque... me gustaría que...” en las siguientes situaciones:

- Usted se entera de que su hijo respondió en forma insolente al maestro en la escuela. Usted dice...
- Usted encuentra a su hijo viendo televisión (o jugando) en vez de hacer la tarea escolar. Usted dice ...

- Usted descubre que su hijo le mintió acerca de dónde fue después de sus clases. Usted dice. ..

V. Cierre de la sesión

Motive y ayude a los padres a identificar los aprendizajes de la sesión:

- Los hijos deben saber lo que se espera que hagan o no hagan, en casa y fuera de ella, deben conocer las razones.
- Las reglas deben ser claras sobre lo que los adolescentes necesiten mejorar; se debe comenzar con lo que se puede hacer cumplir con relativa facilidad.
- No hay necesidad de gritar, criticar o reprender para establecer reglas, se sabe que los adolescentes se hacen más rebeldes o retraídos si se los trata negativamente; además se ponen a la defensiva.
- Pedir a los padres que usen una afirmación que comienza con “Me siento...” en casa con su hijo si este se comporta inadecuadamente.

Repetir en voz fuerte todos a la vez el lema de los padres:

“Con amor y límites mi hijo será un buen ciudadano”.

SESIÓN 2: ADOLESCENTES

I. Sesión: “Comprendiendo a mis padres”

II. Duración: 60 minutos

III. Objetivos:

- Reconocer sus propias frustraciones y dificultades Y las de sus padres.
- Comprender que cuando los padres están molestos o alterados en casa puede ser debido a un problema de estrés
- Apreciar las cosas que sus padres hacen por ellos

IV. Desarrollo de la sesión

1° De la bienvenida al grupo y felicite la participación de cada uno en el taller.

2° Reparta la mita de papel bond y pídale que le peguen en su espalda.

3° Explique que cada uno escribirá un cumplido en la tarjeta de sus compañeros (incluidos el o los facilitadores). Dígales que tal vez no conozcan bien a todos o no sean amigos, pero siempre se puede encontrar algo que elogiar, por ejemplo la sonrisa de la persona, los zapatos, que sea amable con alguien del grupo, el color de los ojos, etc.

4° Una vez que cada persona haya escrito algo en las tarjetas de los demás, pídales que se quiten las tarjetas de la espalda y lean lo que se escribió.

7° Luego dígales que expresen como se sienten y si desean pueden llevarse las tarjetas de recuerdo a su casa.

Ventajas y desventajas de ser hijos o de ser padres

1° Pida a los adolescentes que se numeren 1 y 2 para formar dos equipos.

2° Distribuya a los adolescentes en grupo 1 y 2.

3° Explique que el grupo 1 enumerará las ventajas de ser padres y el grupo 2 las ventajas de ser adolescentes, pida de 10 a 15 razones. Cada grupo debe trabajar por separado sin que el otro grupo vea su trabajo

4° Una vez que cada grupo termino de enumerar las ventajas, pida que cada grupo enumere los aspectos difíciles de ser padres o adolescentes según les corresponda (10 razones).

5° Pida a los equipos que elijan del listado las cinco razones más importantes por las cuales es difícil ser padres o adolescentes pero que no las marquen en sus listas porque el grupo contrario tendrá que adivinar que eligieron.

6° Diga a los dos equipos:

- ♦ Que se coloquen frente a frente y elijan un vocero.
- ♦ Que cada equipo elija al vocero del equipo que leerá en voz alta su lista completa, se inicia con las ventajas de padres, luego de adolescentes.
- ♦ Que el equipo de padres presente su lista de aspectos difíciles y pida a los miembros del equipo de adolescentes que adivinen las cinco razones más importantes por las cuales es difícil ser padres.
- ♦ Cuando adivinen correctamente una de las cinco razones, el equipo que acertó gana un punto.
- ♦ Cada equipo tiene sólo cinco oportunidades de adivinar las cinco razones más importantes.
- ♦ Repita el procedimiento con el otro equipo.

7° Haga las siguientes preguntas:

¿Les sorprendió alguna razón por la que es difícil ser adolescentes?

¿Les sorprendió alguna razón por la que es difícil ser padres?

¿Qué dirían sus padres que es lo más difícil de ser padres?

El objetivo de esta actividad es hacer que los adolescentes se den cuenta de los aspectos positivos y difíciles de ser adolescentes y de ser padres.

Preocupaciones de los padres

1° En la actividad anterior se vio cuáles eran las dificultades de ser padres, dígales que cuando los padres están molestos o frustrados en casa, puede ser debido a alguno de esos problemas.

2° Los hijos deben aprender a ver las cosas desde el punto de vista de los padres porque les puede ayudar a mejorar su relación con ellos.

3° Coloque en la pared las preocupaciones de los padres de acuerdo a la cartilla.

5° Haga que cada adolescente saque una tarjetita “cosas que dicen/hacen los padres.”

6° Pida a cada adolescente que encuentre el elemento equivalente de su tarjeta “cosas que dicen los padres” entre los carteles de preocupaciones que están en la pared (No existe un elemento único correspondiente para cada tarjeta)

7° Indique a los adolescentes que por turnos lean en voz alta su tarjeta y el cartel correspondiente a la preocupación y expliquen por qué la eligieron.

8° Pida los adolescentes que se sienten y haga las siguientes preguntas:

- ♦ ¿Qué aprendieron acerca del comportamiento de sus padres?

- ♦ ¿Qué aprendieron acerca de cómo llevarse bien con los padres?
- ♦ Si hay tiempo, haga que los adolescentes vean si su tarjeta pequeña concuerda con otras tarjetas de preocupaciones.

Dinámica

1° Que se hará un juego divertido llamado “nidos y pájaros” para combinar el trabajo de taller.

2° Pida que se formen tríos, grupos mixtos de tres conformados por chicos y chicas:

- ♦ Dos extenderán los brazos y tomándose de las manos formarán el nido.
- ♦ Al centro de los nidos se colocará el tercer adolescente y hará de pajarito.

3° Explique las señales:

- ♦ Vuelan pajaritos, éstos salen del nido a buscar otros nidos.
- ♦ Rompan nidos, los chicos que hacen de nido van a buscar otro pajaritos.
- ♦ Rompan nidos y vuelan pájaros, todos salen a armar nuevos nidos con nuevos pajaritos.

Dones de los padres

1° Explique al grupo que en esta actividad pensarán en todo lo que sus padres hacen por ellos y/o con ellos (En términos materiales, emocionales, privilegios, etc.).

2° Diga a los adolescentes que harán dibujos y escribirán palabras o símbolos en una hoja de papel.

3° Entrégueles las hojas de papel, lápices y colores.

4° Motívelos a pensar en algunas cosas que hacen con sus padres, indague:

- ♦ ¿Qué hacen con sus padres para pasarla bien? (Por ejemplo, realizar una actividad deportiva o ir al cine)
 - ♦ ¿Qué aprenden con sus padres? (Por ejemplo, aprender a bailar con su padre o madre; padres que les ayudan con las tareas escolares)
 - ♦ ¿Qué reciben de sus padres? (Por ejemplo: casa, alimento, estudios)
- ¿Sus padres cómo les muestran su amor? (Por ejemplo: escuchándolos, abrazándolos).

5° Pida a los adolescentes que elaboren sus propios símbolos, palabras o imágenes para representar cada una de las cosas que reciben de sus padres. También pueden decorar su hoja. Dígales que no tendrán que mostrar a los demás lo que hagan, a menos que deseen hacerlo y si quieren, pueden entregarlo a sus padres.

6° Pida a los que terminen antes que muestren los dibujos que hicieron, si desean, mientras los otros finalizan en silencio los suyos.

La finalidad de esta actividad es ayudar a los adolescentes a apreciar las cosas que sus padres hacen por ellos. Se lleva a los adolescentes a darse cuenta de los momentos de diversión que pasan con sus padres, lo que aprenden con ellos, el afecto y cosas que reciben de ellos.

Elogios para los padres

1° Que escriba una carta con elogios o expresiones de agradecimiento y afecto a sus padres.

2° Sugiera las siguientes frases en un rotafolio para que la copien en sus cartas:

Querido _____,

Una cosa que haces por mí (o me das) que realmente agradezco es _____ . Me gusta mucho que tú _____ .

El esquema de la carta es sugerido, debe haber la flexibilidad para valorar la propia forma que quieran darle los adolescentes a sus cartas, lo importante es que en ella expresen reconocimiento a sus padres.

3° Vaya de un adolescente a otro para ofrecer ayuda. Haga que cada adolescente concluya la carta con las palabras “Te quiere” o “Cariños de” seguidas de su nombre.

4° Pida a los adolescentes que entreguen sus cartas al inicio de la reunión familiar.

V. Cierre de la sesión

Pregunte a los adolescentes ¿qué fue lo más importante que aprendieron en el taller?

- ♦ Tomen nota de algún momento en la semana en el que uno de sus padres esté molesto y luego traten de imaginar qué causó ese sentimiento.
- ♦ A continuación, deben tomar nota de sus propios sentimientos y lo que hicieron.

Repetir en voz fuerte todos a la vez el lema de los padres:

“Soy el presente soy el futuro de mi depende”.

SESIÓN 2: PADRES Y ADOLESCENTES

I. **Sesión:** “Comunicándonos en familia”

II. **Duración:** 60 minutos

III. **Objetivos:**

- Desarrollar la capacidad de escuchar.
- Resolver los problemas juntos.

IV. **Desarrollo de la Sesión**

Juego ¿Un qué?

Pida a los padres e hijos que se coloquen juntos para realizar el juego ¿Un qué?

1° Diga a las familias que todos se coloquen de pie en círculo, que el juego consiste en poner dos mensajes en diferentes direcciones.

2° Explique a las familias que cada uno dirá una palabra acompañado de un gesto, puede ser por ejemplo un apretón de manos, un abrazo, un beso, u otros.

3° De un ejemplo:

- El participante A dice al de su derecha B "esto es un abrazo" y le da uno,
- participante B le pregunta "¿un qué?" y A le responde: "un abrazo" y se lo vuelve a dar.
- B dice a C, el de su derecha, "Esto es un abrazo" y le da uno, C pregunta a "¿un qué?" y A contesta a B "un abrazo" y se lo da.
- Se sigue sucesivamente con cada participante.

4° Se hace una pequeña muestra con las primeras tres personas del grupo, una vez que se ha entendido en que consiste el juego se da la indicación siguiente:

- a. Por la derecha del grupo se correrá el mensaje y gesto de un abrazo de uno a otro participante.
- b. Simultáneamente por la izquierda del grupo inicia otro mensaje y gesto: "esto es un beso" y se lo da, se sigue la misma dinámica que en el ejemplo anterior.
- c. Cuando los abrazos y besos se crucen en una de las partes del círculo y todos los hayan recibido al menos abrazos o besos puede detener el juego.

Juego de escuchar

Diga a las familias que practicarán la buena comunicación con un juego.

1° Forme parejas de padres con sus hijos adolescentes.

2° Pida al grupo que mencione diferentes palabras que expresen sentimientos y apúntelas en un rota folio.

Ejemplos: • enojado • herido • decepcionado • molesto • preocupado
• entusiasmado • desconcertado • triste • asustado • orgulloso •
turbado • feliz

3° Diga al grupo lo siguiente:

- ♦ Ambos integrantes de la pareja deben intentar escuchar con atención a la otra persona sin ponerse a la defensiva.
- ♦ Pregunta: ¿Cuál es la diferencia entre oír y escuchar?

4° Haga una demostración de escuchar en forma activa con los facilitadores de los dos grupos.

- ♦ Primer ejemplo:

Facilitador 1: "Realmente tuve que apurarme para venir a tiempo esta noche. Me quedé hasta tarde en el trabajo y tenía que llevar

a Susana a la práctica de juego. Temí que llegaría tarde”.

Facilitador 2 (oyente): “Realmente te tuviste que apurar con el trabajo y además llevar a tu hija a su práctica. Estabas preocupado por llegar tarde”.

♦ Segundo ejemplo:

Facilitador 1: “Tuve un estupendo fin de semana. El clima fue hermoso y pude salir al aire libre a caminar. Realmente me siento mejor hoy”.

Facilitador 2 (oyente): “Tuviste un hermoso y relajante fin de semana. Se te ve renovado y preparado para próxima semana”.

5° Pida a las parejas que se sienten frente a frente de tal modo que el adolescente esté a un lado de una mesa y su padre al frente.

6° Escriba en la pizarra:

- ♦ Resuma lo que oyó
- ♦ “Pareces...”

7° Coloque las tarjetas del juego de escuchar (plegadas por la mitad) en el centro de la mesa para que el lado de “Hablan los adolescentes y escuchan los padres” quede frente a los adolescentes, mientras que el lado “Hablan los padres y escuchan los adolescentes” quede frente a los padres.

8° Primero, pida al primer jugador adolescente que lea la afirmación escrita en la tarjeta que está frente a él. Otro adolescente puede ayudarlo o leer la afirmación si fuera necesario. El padre resume luego lo que ha dicho el adolescente y agrega “Pareces...”. Si el padre hace un resumen correcto, déle un punto a esa pareja.

9° A continuación, el padre de ese adolescente lee el lado de “Hablan los padres y escuchan los adolescentes”. El adolescente resume lo que el padre dijo y agrega “Pareces...”. Si el adolescente hace un resumen correcto, dé a la pareja otro punto.

10° El juego sigue adelante con otras parejas que leen las afirmaciones y hacen el resumen. (Puede repetirse con nuevas parejas y otras

situaciones).

Demostración de la solución conjunta de problemas

Explique a las familias que en esta actividad vamos a practicar la solución conjunta de problemas. Tanto los padres como los hijos trabajarán en las soluciones a los problemas.

1º Cuente al grupo la siguiente historia:

La familia Hernando tiene dificultades cada mañana cuando todos tienen que prepararse para la escuela y el trabajo. Tienen sólo un baño y todos quieren usarlo al mismo tiempo.

2º Diga al grupo que el problema principal aquí es que todos quieren usar el baño al mismo tiempo. Escriba el problema principal en un rotafolio.

3º A continuación, pida al grupo que describa el punto de vista del padre sobre el problema. Una vez que el grupo haya aportado voluntariamente las ideas, escoja una afirmación concisa y escríbala en el rotafolio bajo el título “Punto de vista de papá”.

4º A continuación pregunte al grupo cuál creen ellos que sería el punto de vista de la madre sobre el problema. Nuevamente, consiga varias ideas del grupo y encuentre un consenso. Escriba la oración en el rotafolio bajo el título “Punto de vista de mamá”.

5º Luego pida al grupo que analice el punto de vista del adolescente sobre el problema y llegue a un consenso. Escríbalo en el rotafolio bajo el título “Punto de vista del adolescente”.

6º Estimule al grupo a efectuar una lluvia de ideas sobre una lista de las posibles opciones que podría usar la familia para resolver el problema. Asegúrese de incluir todas las sugerencias, aunque parezcan absurdas. Escriba las sugerencias en el rotafolio bajo el título “Sugerencias”.

7º Pida al grupo que elija una opción que la familia Hernando podría intentar por un tiempo.

8° Pida al grupo que señale un lapso de tiempo que se dejará pasar antes de comprobar si la solución dará buenos resultados.

Juego de solución conjunta de problemas

Diga al grupo que la solución conjunta de problemas es una buena forma de lograr que las familias trabajen juntas.

1° Explique que cuando surge un problema, si todos en la familia aportan algo, es más probable que funcione la solución que escoja la familia.

2° De algunos ejemplos, como problemas cotidianos que afronten las familias:

- Poco tiempo asignado a la diversión familiar
- Falta de consenso para escoger qué programa ver en la televisión
- Uso del teléfono de manera inequitativa

3° En este juego hay un árbitro (el facilitador). Este lleva tarjetas, con los pasos para llegar a la solución conjunta de problemas que son:

- Paso 1: Identifiquen problemas pequeños
- Paso 2: Escuchen los puntos de vista
- Paso 3: Discutan posibles soluciones
- Paso 4: Elijan una solución

4° Diga a las familias que el árbitro les ayudará a seguir las reglas para la solución conjunta de problemas, es quien tendrá que aprobar cada tarjeta antes de repartir la próxima. El co facilitador brindará ayuda a las familias que lo requieran.

5° Reparta la primera tarjeta del juego de solución conjunta de problemas:

- “Paso 1: Problemas pequeños”, a cada familia.
- Indique que después de que hayan completado el paso 1: identifiquen el problema específico, deben llevar la tarjeta al árbitro para que

reciban la próxima tarjeta.

6° El árbitro examina cada tarjeta para ver si las familias han seguido las instrucciones.

- Si lo hicieron, pondrá una marca de aprobación en la tarjeta y la devolverá a la familia junto con la próxima tarjeta.
- Si la familia no la completó correctamente, pídale al co facilitador del grupo que les ayude.

7° El juego continúa hasta que las familias hayan recibido las cuatro tarjetas o hasta que se haya agotado el tiempo. Cuando se acabe el tiempo, cada familia deberá presentar el problema en que está trabajando a las demás familias.

8° Cada familia explica a las demás cuál fue la solución escogida.

Reglas para la familia

Diga al grupo que van a trabajar en establecer posibles reglas para la familia de manera conjunta.

1° Solicite a los padres e hijos adolescentes que formen un grupo y revisen la hoja “Posibles reglas para la familia” que fue distribuida en la sesión 2 de padres.

2° Si hay desacuerdo en las reglas, siga los pasos de la actividad anterior (solución conjunta de problemas) para resolverlo.

3° Pida a un grupo voluntario que comparta las reglas que han establecido.

V. Cierre de la Sesión

Pida a las familias que se reúnan formando un círculo, con cada adolescente de pie junto a su padre.

1° Muestre el cartel con la frase para cerrar el círculo y haga que cada persona responda.

2º Frase para cerrar el círculo: Una regla en la que estamos de acuerdo es...

3º Felicite la participación de padres e hijos y recuérdelos volver para la siguiente sesión, que si por algún motivo no pueden hacerlo no dejen de volver a la siguiente.

5º Invite a decir el lema de cada grupo:

“Somos familias con amor y límites”

TERCERA SEMANA

SESIÓN 3: PADRES

I. Sesión: “Reforzando las conductas saludables”

II. Duración: 60 minutos

III. Objetivos:

- Identificar las conductas saludables en sus hijos y aprender a elogiarles.
- Usar recompensas para enseñar nuevas conductas a sus hijos.

IV. Desarrollo de la sesión

De la bienvenida y revisar la practica en el hogar preguntando lo siguiente:

- ¿Tuvo la oportunidad de usar las afirmaciones que comienzan con “Me siento...” y qué resultados obtuvo?
- ¿A qué reglas dio seguimiento?
- ¿Cómo se comportaron sus hijos en relación con las reglas?
- ¿Las reglas en casa son iguales para su hijo e hija?

Análisis de los elogios

Una de las maneras de hacer que los adolescentes hagan lo correcto es estimularlos y reconocer sus progresos mediante elogios.

Las personas aprenden mejor cuando otros destacan sus acciones adecuadas que cuando realizan críticas negativas. Imagínese que últimamente usted tiene dificultades para llegar a su trabajo. ¿Qué clase de observación de parte de su jefe hará que usted llegue a tiempo? Si su jefe, con malhumor le dice: “¡Últimamente está llegando tarde con demasiada frecuencia! ¡Voy a tener que bajarle el sueldo para que sea puntual!” O si su jefe, de manera agradable le comenta: “Noté que usted llegó a las 8 y 30 de esta mañana. Realmente aprecio que llegue a tiempo.” Lo más seguro es que las

observaciones sobre sus progresos lo motivarán a ser más puntual. Su jefe le estimuló para llegar a tiempo. Veamos ahora a algunos padres dar de manera agradable comentarios positivos y estimulantes sobre sus hijos.

Ejemplo 1:

Mario: “Muy bien Roberto veo que has estado sacando la basura sin necesidad de tener que recordártelo. Es muy bueno contar con tu ayuda.”

Ejemplo 2:

Roberto (cerrando el libro): “Listo, terminé la tarea.”

Consuelo: “Te felicito hijo. Yo sé que llegas cansado del colegio y que es difícil hacer las tareas. Vale mucho tu esfuerzo.”

Roberto: “Gracias mamá.”

Ejemplo 3:

Francisco: “Antes que nada me da mucho gusto que hayan llegado a tiempo. De eso se trata chicos, de cumplir con las reglas.”

Cecilia y Carlos, se miran y sonríen.

Preguntar a los padres, ¿ustedes que podrían elogiar a sus hijos?

La necesidad de ser reconocidos

1° Pide a los padres que trabajen en grupo y que den un ejemplo de algo que hace y que las otras personas no reconocen.

2° Pida que describan cómo se sienten cuando sucede eso.

3° Haga las siguientes preguntas:

- ¿Qué les gustaría a ustedes escuchar de la persona que pasa por alto lo que ustedes hacen?

- ¿Qué acciones positivas de su hijo usted no reconoce?

El propósito de esta actividad es hacer que los padres reconozcan que al igual que ellos, sus hijos también necesitan ser reconocidos por las cosas buenas que hacen.

Nos sentimos mejor cuando hacemos cosas que son notadas y apreciadas. De la misma manera, nuestros adolescentes mejorarán si elogiamos sus esfuerzos cuando hacen algo correcto.

Por otro lado, resulta desalentador cuando los adolescentes tratan de hacer lo que nosotros les hemos pedido y ni siquiera nos damos por enterados.

Ejemplo:

Consuelo: “Apúrate Emilia que otra vez vas a llegar tarde al colegio.”

Mario: “¡Es que te la pasas peleando con tu hermano!”

Consuelo: “¡Y no te olvides de ordenar tu cuarto!.”

Emilia (piensa en silencio) “Ni siquiera se dieron cuenta de que hoy me levante temprano.”

Es muy probable que esta adolescente no se preocupe de levantarse temprano mañana por la mañana. Recuerde cómo usted notaba los progresos y alentaba a su bebé para que diera sus primeros pasos.

Por eso con más razón necesitamos incorporar el estímulo para las cosas que nosotros estamos tratando de enseñarles a nuestros adolescentes. Cuando sus adolescentes reciben elogios o felicitaciones: “que bien lavaste los platos” o “gracias por sacar la basura” o “me encanta que has hecho tus tareas antes de ponerte a ver televisión”, hay mayores probabilidades que repitan su buena conducta la próxima vez.

Es importante dejar que los adolescentes sepan que nos damos cuenta cuando ellos hacen lo que deben. En ese sentido, algunos padres encuentran que otorgar privilegios o dar recompensas ayuda,

especialmente cuando los adolescentes hacen un esfuerzo adicional en algo que está siendo un problema para la familia.

Ejemlo:

Maria: “Ay, Adriana, no sabes los dolores de cabeza que me está dando Rita con sus tardanzas. Parece que no entendiera esta muchacha.”

Adriana: “Lo que nosotros estamos probando es darle algún tipo de premio o privilegio. Si vemos que nuestra hija se está esforzando, la dejamos ir al cine o que se quede despierta hasta más tarde un fin de semana, nada exagerado tampoco.”

Maria: “¿Tú crees que eso funcionará con Rita?”

Adriana: “Bueno, a nosotros nos ha funcionado ¿por qué no haces la prueba?”

Trabajo grupal con padres:

1° Divida a los padres en parejas y pídales que analicen acciones por las que podrían elogiar a su hijo.

2° Después de unos dos minutos, reúna a todo el grupo y pida que expongan las cosas por las cuales podrían elogiar a sus hijos.

3° Pida a cada padre que escriba un breve cumplido específico para su hijo.

4° Escriba los siguientes ejemplos en el rotafolio y desplácese por el grupo para ayudar a los padres:

- ♦ “Querido _____, Me gusta que tú...” Te quiero, _____
- ♦ “Querido _____, Hiciste un buen trabajo al _____.
Te quiero,” _____

5° Pida a los padres que piensen dónde podrían esconder en casa el cumplido para su hijo.

V. Cierre de la sesión

- Pida a los padres que durante la semana, identifiquen

acciones de su hijo adolescente que merezcan ser elogiadas.

- Pide a los padres que escondan en casa tarjetas con elogios donde su hijo la pueda encontrar como sorpresa.

Repetir en voz fuerte todos a la vez el lema de los padres: *“Con amor y límites mi hijo será un buen ciudadano”*.

SESIÓN 3: ADOLESCENTES

I. Sesión: “Respetando las reglas de casa”

II. Duración: 60 minutos

III. Objetivos:

- Darse cuenta que todos tenemos reglas y responsabilidades que cumplir, tanto adultos como adolescentes, mujeres y hombres.
- Reconocer que al seguir las reglas los beneficios directos son para ellos.

IV. Desarrollo de la sesión

1° Que se sienten en el piso formando un círculo y elogien o expresen su agradecimiento al chico o chica sentada a su lado. (Ofrezca ayuda al adolescente que tenga dificultad en dar el elogio)

2° Que compartan con el grupo acerca de sus experiencias de la semana:

¿Tuvieron una situación estresante?

¿Qué hicieron para afrontarla?

Juego de la silla vacía

Explique a los adolescentes que realizaremos el juego de las sillas vacías:

1° Pida que coloquen las sillas en círculo y se sienten y dejen una silla vacía.

2° Dígalos que el juego consiste en que la "silla no debe estar vacía", por lo tanto:

- Los 2 adolescentes que están a los costados de esta silla, deben ir buscar a un chico/a para que ocupe este lugar quedando otra silla vacía
- Los otros 2 adolescentes que se encuentran junto a la nueva silla vacía deberán ir en busca de un chico o chica para dejar una silla vacía y así sucesivamente.

3º El juego se inicia con el conteo que hace el facilitador, por ejemplo, del 1 al 20, termina una vez finalizado el conteo. Puede iniciar nuevamente el juego.

4º Las reglas del juego son:

- Los adolescentes deben traer a un mismo compañero para que ocupe esta silla, no pueden traer cada uno un adolescente distinto.
- No se deben parar los adolescentes ubicados al costado de la nueva silla vacía hasta que la primera pareja se haya sentado en su lugar.
- Si la pareja no llega con a sentar al adolescente en la nueva silla porque acabo el conteo pierde.

5º Se aplican las sanciones cuando se incumplan las reglas anteriores; las sanciones son elegidas por los adolescentes al inicio del juego.

6º Muestre un ejemplo e inicie el juego.

Reglas y responsabilidades de los adultos

Reúna al grupo:

1º Explique que los adultos también deben seguir reglas y que ellos también se meten en problemas cuando las quebrantan.

2º Pida a los adolescentes formar parejas y entrégueles una tarjeta de reglas y responsabilidades de los adultos a cada pareja.

- ♦ Piensen en las posibles consecuencias al quebrantar las reglas.
- ♦ Conciban una manera de representar estas consecuencias al resto del grupo para que adivinen cuales son.

3º Desplácese por las parejas para ofrecer ayuda.

4º Pida a las parejas que lean la pregunta de sus papelitos y por turno representen las posibles consecuencias de quebrantar las reglas. Haga que el grupo adivine cuál es la consecuencia.

5° Pregunte a los adolescentes qué aprendieron acerca de los adultos y las reglas y responsabilidades.

V. Cierre de Sesión

Pregunte a los adolescentes ¿qué fue lo más importante que aprendieron en el taller?

- ♦ Entregue una tarjeta (o papel) a cada adolescente para que escriban su idea y la coloquen en el rotafolio o pizarra.
- ♦ Otra forma en que puede recoger los aprendizajes es formando pequeños grupos de 3 adolescentes, que identifiquen y escriban los aprendizajes también en tarjetas (o papeles).
- ♦ Lea los aprendizajes que los adolescentes han formulado y construya la idea fuerza de la sesión.

Indique a los adolescentes lo siguiente:

- ♦ Tomen nota esta semana cuando sigan una regla que era difícil de cumplir.
- ♦ Tomen nota cuando alguien quebrante una regla durante esta semana y de cuál fue la consecuencia.

Repetir en voz fuerte todos a la vez el lema de los padres:

“Con amor y límites en mi hogar seré un buen ciudadano”.

SESIÓN 3: PADRES Y ADOLESCENTES

I. Sesión: “ Importancia de las Reuniones Familiares”

II. Duración: 60 minutos

III. Objetivos:

- Comprender el valor de las reuniones familiares
- Aprender cómo llevar a cabo una reunión familiar
- Considerar el uso de un sistema de puntos para otorgar privilegios y recompensas
- Realizar una actividad para diversión de la familia .

IV. Desarrollo de la Sesión

Dinámica. “Resolución de conflictos familiares”

1° Divida al grupo en equipos de 5 ó 6 personas y haga que cada grupo pequeño forme un círculo, tomados de la mano. Un facilitador está a cargo de cada grupo.

2° Arroje un globo a cada grupo y dígales a los adolescentes y padres que mantengan el globo en el aire sin soltarse de las manos.

3° Una vez que el grupo tiene éxito en mantener el globo en el aire, usted les dará las órdenes sobre cómo mantener el globo en el aire; por ejemplo, si usted dice “codos, rodillas, codos, rodillas” golpearán el globo para elevarlo en el aire primero con los codos, luego con las rodillas, y así sucesivamente.

4° Después de que hayan practicado con un sólo globo, agregue otro.

5° El objeto es mantener los globos en el aire en todo momento.

Reuniones familiares

4 minutos

Diga al grupo:

1º Que las reuniones familiares son una buena ocasión para que las familias hagan planes, resuelvan problemas y se diviertan juntos:

2º A medida que los adolescentes empiezan a tener más actividades, es conveniente usar una reunión familiar para verificar los calendarios y tomar nota de las necesidades de transporte y de otro tipo.

3º Cuando aumenta la edad de los adolescentes, estos pueden hacer sugerencias para mejorar las reglas y las sanciones que se usarán en la familia.

4º Pregunte al grupo quiénes tienen reuniones familiares con sus familias.
¿Con que frecuencia? ¿Qué hacen durante las reuniones?

Invite al grupo a ver el video.

Proyección de video

Dialogo 1.

Francisco: Esta situación es tremenda ¡Cómo han cambiado las cosas! Apenas tenemos tiempo de ver a nuestros hijos. Con Sebastián y Ana teníamos más tiempo. Pero estos adolescentes están ocupados todo el día.

Adriana: Sí, Cecilia con sus clases de aeróbicos, con la pintura, además de la escuela, y Carlos con el bendito fútbol. Esto parece un hotel.

Francisco: Tenemos que encontrar un momento para sentarnos todos a conversar.

Adriana: Si eso ayudaría mucho, sería una reunión no muy larga.

Francisco: Pues bien, digámos a los chicos que nos juntamos el domingo a las tres.

Narradora: Parece que la mayoría de las familias andan escasas de tiempo en estos días. Con padres que trabajan y además tienen que hacer las

tareas de la casa, las compras y las diligencias. Con los hijos cada vez más envueltos en diversas actividades, con las tareas escolares y queriendo pasar más tiempo con sus amigos, las semanas resultan bastante agitadas.

Narrador: Sin embargo, tomarse un tiempo breve para reunirse con toda la familia una vez por semana podría facilitar las cosas para todos. El simple hecho de reunirse para marcar las actividades en el calendario mantiene a la familia al tanto y reduce malentendidos. El tiempo que usamos en reunirnos es valioso.

Narradora: Otra ventaja de las reuniones familiares, especialmente para las familias con preadolescentes y adolescentes, es que tienen la oportunidad de aprender a resolver los problemas junto con los otros miembros de la familia.

Narrador: Cuando los adolescentes se quejan de las reglas o cuando tienen problemas para congeniar entre sí, usted puede pedirles que incluyan el tema de sus desacuerdos en la próxima reunión familiar. En la práctica usted puede ahorrar tiempo si no tiene que resolver cada pequeño problema cuando este surge.

Narradora: Al observar una reunión familiar en proceso. Note que la primera cosa que se hace es una ronda de elogios entre los participantes. El comenzar diciendo algo positivo sobre las otras personas, ayuda a crear un estado de ánimo favorable para la reunión. Los adolescentes de edades similares que muchas veces se la pasan peleando entre sí pueden aprender a dar elogios y reconocer mutuamente sus virtudes.

Actividad 1: Realizando una reunión familiar

Desarrollo de la actividad 1:

6 minutos

Trabaje con el grupo:

1° Distribuya las normas de procedimiento para la reunión familiar a cada familia y dígales que realizarán una breve reunión familiar, empezando con elogios y leyendo luego las normas de procedimiento.

2° Los facilitadores del grupo deben desplazarse para ayudar a las familias a practicar sus reuniones familiares.

Invite a las familias a ver el video.

Proyección de video

Dialogo 2. Una familia con dos adolescentes (Francisco, Adriana, Cecilia y Carlos) se sienta para tener una reunión familiar, teniendo en cuenta lo que aprendieron sobre reuniones familiares en su clase. Ellos comienzan con la ronda de elogios para sí mismos y el adolescente lee las normas de la reunión:

Francisco: “Ahora Carlos, lee por favor las normas que acordamos para llevar bien nuestras reuniones familiares.”

Carlos: Empezar la reunión con elogios. - Respetar la opinión de todos. - No dar sermones ni humillar a nadie. - Concentrarse en los problemas a discutir. - Hacer una lista con las decisiones que se tomen. - Hacer un resumen de los acuerdos. - Hacer la reunión breve - Controlar que los acuerdos a los que se llegaron se vengán cumpliendo. Y seguir intentándolo.

Adriana: Y recuerdas a que se comprometieron?

Carlos: “Yo me ocuparía de sacar la basura y reciclar los periódicos viejos y Cecilia de los platos”.

Francisco: “Y ¿cómo va todo?”

Cecilia: “Bueno, aparte de lo aburrido que es encargarse de los platos, la cosa va bien... creo”.

Carlos: “Yo no me quejo”.

Adriana: Como todo va bien ¿Qué les parece si continuamos así?

Carlos y Cecilia (juntos): Sí

Francisco: Ya que todo va bien, vamos a organizar el campamento de semana santa.

Carlos y Cecilia (juntos): Yeee.

Narradora: ¿Las cosas marcharon bien, no le parece? Comenzaron con elogios y leyendo las normas de procedimiento. Aunque después que usted se acostumbre a celebrar reuniones familiares, es probable que no sea necesario leer las reglas cada vez que se reúnan, esto es de gran ayuda al principio.

Narrador: Un adolescente leyó los acuerdos a los que llegaron en la reunión anterior. Esta es una parte importante. No ayuda mucho el hecho de establecer acuerdos a menos que usted verifique si se están cumpliendo.

Narradora: Recuerde que las reuniones familiares son sólo una manera de ver cómo marchan las cosas. Es por ello que las reuniones deben ser cortas y no demasiado serias. Pero, ¿qué sucede con las reuniones donde se presentan problemas y no se llega a ningún acuerdo? Veamos lo que sucede en este caso

Dialogo 3.

Gina: (sentada en la mesa con sus dos hijos en reunión): “Vamos a hablar ahora sobre cómo está funcionando el esquema de tareas que decidimos en la reunión pasada. ¿Les parece?”

Amanda: “Yo creo que es totalmente injusto, ¿por qué tengo que ser yo la que saque la basura todos los días? Cuando Marcos sólo limpia las ventanas una vez a la semana!

Marcos: “Sí pero yo también tengo que ir al mercado a comprar.”

Amanda: “Claro pero eso me parece más divertido que estar

sacando la basura.”

Marcos: “No cuando tienes que levantar bolsas tan pesadas de una cuadra a otra.”

Amanda: “Pues yo lo prefiero en vez de estar sacando la basura.”

Gina: “Acuérdense chicos que con pelear no ganamos nada. Además no estamos llevando las reglas de la reunión. ¿Cómo podríamos resolver esto?”

Amanda: “Yo creo que podríamos intercambiar tareas, una semana yo limpio las ventanas y a la otra semana Marcos.”

Gina: “Esa me parece una buena solución. ¿Qué te parece?”

Marcos: “Bueno pues, podemos probar.”

Gina: “Ahora que hemos llegado a un acuerdo amistoso. ¿Qué tal si comemos el flan que preparé en la mañana?”

Marcos y Amanda: Que rico.

Narrador: Cuando en las reuniones familiares se discuten temas sobre los que las personas tienen opiniones muy marcadas, como hacer las tareas del hogar u otras reglas domésticas, es importante recordar a los miembros de la familia las reglas de la reunión.

Narradora: Nada se consigue usando las reuniones familiares para enfrentamientos. Cuando no se pueden establecer las bases para encarar el problema, es mejor posponer la discusión para otra oportunidad. En la escena que acabamos de ver, la madre tuvo que llamar la atención a los hijos.

Narrador: Si los adolescentes no han dejado de pelear después de los recordatorios, el padre o la madre deben seguir adelante con otro tema o, si los adolescentes todavía estuvieran alterados, deben detener la reunión familiar y ponerle una nueva fecha.

Narradora: Algunos problemas simplemente no se deben discutir en este

tipo de reuniones familiares. Algunos ejemplos...Si los padres o los adolescentes se enojan no se gana nada. O el caso de un adolescente a quien lo descubren robando en tiendas o cuando se presentan problemas matrimoniales. Estos ejemplos muestran situaciones donde no hay ninguna solución rápida, hay sentimientos fuertes y no incluyen a todos los miembros de la familia.

Narrador: Esto no significa que no se deba hablar de esta clase de problemas, sino que estos no deben tratarse en una reunión familiar regular.

Actividad 2: Cuando las reuniones familiares se complican

Desarrollo de la actividad

6 minutos

Pregunte al grupo lo siguiente:

- ♦ ¿Por qué tuvo la madre que recordar las reglas de la reunión?
- ♦ ¿Qué reglas fueron quebrantadas?
- ♦ ¿Qué temas no son apropiados para las reuniones familiares?

Respuestas posibles:

- ♦ El embarazo de adolescentes
- ♦ Abuso de sustancias psicotrópicas
- ♦ Graves problemas en la escuela

Actividad 3: Juego de formar palabras

10 minutos

2 juegos de 14 Tarjetas grandes con 1 letra cada

Divida a las familias en 2 grupos y dígales que se hará un juego de formación de palabras:

1º Entregue a cada grupo un juego de tarjetas.

Son 14 letras con las que se podrán formar las siguientes palabras: Amor, límites, familias, fuertes.

2º Explique el procedimiento del juego:

Usted anunciará una palabra y los grupos procederán a armarla con las letras que tienen.

Cada integrante del grupo deberá mostrar una letra y el grupo debe formar se en el orden en que se lea la palabra correctamente.

El grupo que termina primero deberá mostrar la palabra en alto y si esta armada correctamente se le asignará un punto.

3º Solicite a los grupos que se distribuyan las tarjetas para facilitar el juego.

4º Inicie el juego anunciando la primer palabra y continúe hasta formar todas las antes indicadas.

5º Haga que cada familia se lleve a casa las barajas y motívelos a practicar estos juegos en su hogar.

El propósito de esta actividad es reforzar los conceptos del programa de manera divertida.

V. Cierre de la Sesión

5 minutos

Pida a las familias que se reúnan en círculo, con los adolescentes de pie junto a sus padres.

1º Levante el cartel con la frase para cerrar el círculo y haga que todos los padres y los adolescentes repitan la frase. Frase para cerrar el círculo: Un problema que podríamos solucionar juntos es...

2° Pídale a cada familia que practique una breve reunión familiar en casa durante la semana.

3° Felicite la participación de padres e hijos y recuérdelos volver para la siguiente sesión, que si por algún motivo no pueden hacerlo no dejen de volver a la siguiente.

4° Muestre los carteles con los lemas uno a la vez y pida a cada grupo que diga el lema que le pertenece en conjunto.

Lema de los adolescentes

Somos el presente, somos el futuro, de nosotros depende

Lema de los padres

Con amor y límites seremos una familia mejor

Lema de la familia:

Somos familias fuertes, nos queremos y la pasamos bien juntos.

CUARTA SEMANA

SESIÓN 4: PADRES

I. Sesión: “Aplicando Sanciones Saludables”

II. Duración: 60 minutos

III. Objetivos:

- Comprender por qué es importante permanecer serenos y actuar con respeto
- Aprender a usar sanciones pequeñas para problemas pequeños
- Aprender a dejar las sanciones grandes para los problemas importantes

IV. Desarrollo de la sesión

Dar la bienvenida a los padres y revisar las tareas a través de las siguientes preguntas:

- ✓ ¿Qué muestras de conducta inadecuada notó en su hijo o hija esta semana?
- ✓ ¿Qué clase de consecuencia o sanción aplicó?

Preguntas adicionales de reflexión:

1° Pídale a los padres que piensen sobre las consecuencias o sanciones que recibieron por una conducta inadecuada o quebrantar las reglas cuando eran adolescentes.

2° Pregunte lo siguiente

- ♦ ¿Cuáles fueron las consecuencias de no cumplir con las reglas en su hogar? ¿Qué tipo de sanciones recibieron?
- ♦ ¿Por qué o cuáles conductas fueron castigados?
- ♦ ¿Fueron las mismas consecuencias y sanciones para los adolescentes?
- ♦ ¿Funcionaron estas consecuencias o sanciones?

Sanciones leves y lista de pequeñas tareas domésticas

Sabemos que los adolescentes se desenvuelven mejor tanto en casa como en el colegio cuando sus padres muestran amor y también establecen límites. Estimular o reforzar las acciones de sus hijos cuando hacen lo correcto le ayudará a continuar actuando apropiadamente y a saber que usted se preocupa por él o ella.

De igual manera, se deben reforzar las consecuencias cuando la conducta no es positiva y no se obedecen las reglas. Por ejemplo, cuando se olvidan de hacer su parte en las tareas del hogar, cuando no finalizan sus tareas, cuando contestan de mala manera, o cuando no llegan a casa a la hora acordada.

El objetivo es aplicar las sanciones sin perder los estribos, sin criticar ni culpar. Recuerde que los adolescentes necesitan tanto amor como límites. Cuando perdemos el control y nos enojamos mientras estamos dando la sanción, los adolescentes piensan con frecuencia que estamos siendo “malos” y pueden tratar de vengarse o de seguir las reglas sólo cuando los vemos.

Ejemplo: Una madre pierde el control

Consuelo: “Oye Roberto ¿no habíamos quedado en que ibas a lavar los platos? yo vengo del trabajo y no has hecho nada. Por ti todo el día te la pasarías jugando.”

Roberto: “¿Y yo por qué yo tengo que lavar los platos?”

Consuelo: “Porque en eso habíamos quedado esa era tu tarea.”

Roberto: “Sí claro, yo siempre llevo la peor parte. Y ya me cansé.”

Consuelo: “No seas insolente, soy tu madre. ¡Debes de obedecerme!”

¿En qué cree usted que acabará esta situación? ¿Cómo pasará la mamá la noche?, ¿o el adolescente? Esto suena como que un gran conflicto de poder ha estallado.

Es muy importante saber qué hacer cuando los adolescentes no asumen sus responsabilidades o cuando son irrespetuosos. Los padres debemos dejar que los adolescentes sepan que somos estrictos en cuanto de obedecer las reglas. Ella sugiere que en caso de alguna falta se le asigne al adolescente una pequeña tarea extra en la casa o que se le quite un privilegio por un tiempo corto. Los padres tienen que ponerle una sanción cada vez que no cumpla con sus deberes. Eso sí, la sanción debe ser de acuerdo a la falta; si la falta es pequeña la sanción es pequeña, pero si la falta es grande, la sanción debe ser grande.”

Antes de dar la sanción debe darle una advertencia, no más que 3 ó 4, es momento de aplicar la sanción. Después de concluida la tarea extra o sanción, el adolescente, desde luego, deberá hacer lo que usted le pidió hacer en primer lugar.

Trabaje con los padres en grupo:

1° Explique a los padres que las pequeñas tareas que usamos como sanción son tareas adicionales a las tareas y deberes que ya tiene su hijo.

2° Solicite a los padres que hagan una lista de tareas domésticas sobre las cuales sus hijos ya tienen responsabilidades.

3° Pida a los padres una lluvia de ideas sobre una lista de tareas cortas y fáciles para usarlas como sanción.

Ejemplos:

- limpiar las mesas de la cocina
- barrer el piso
- quitar el polvo de los muebles
- sacar la basura
- doblar la ropa limpia después del lavado
- limpiar el baño
- recoger los periódicos

4º Pregunte a los padres para qué clases de pequeñas faltas serían apropiadas las tareas pequeñas.

Ejemplos:

- olvidarse de hacer la tarea escolar
- contestar con insolencia
- olvidarse de hacer una tarea doméstica
- llegar a casa 20 a 30 minutos tarde
- no acostarse a la hora

Enumeración de pequeños privilegios que se pueden quitar

1º Solicite a los padres que hagan una lista de los privilegios que actualmente tienen sus hijos.

2º Pida a los padres que hagan una lluvia de ideas sobre una lista de pequeños privilegios que se pueden quitar.

Ejemplos:

- No escuchar música
- No conversar por teléfono
- No ver televisión
- No salir con los amigos

Utilización de tareas pequeñas y eliminación de privilegios

La clave para aplicar sanciones o quitar privilegios es que la sanción será pequeña cuando el problema sea pequeño - hay que guardar las sanciones grandes para problemas más grandes.

Ejemplo 1:

Gina (con ropa arrugada en las manos): “Pero hijo, no has puesto la ropa limpia en su sitio. Se va a volver a ensuciar. Hazlo de una vez, por favor.”

Marcos: “Si tanto te importa la ropa...Entonces hazlo tú.”

Gina: “Pues si no lo haces ahora mismo, además vas a tener que además barrer el piso de la cocina.”

Marcos: “¡El piso! ¿Estás loca?!”

Gina: “Además por tu trato, no saldrás con tus amigos.”

La escena concluye con el hijo, todavía frustrado, doblando la ropa. La madre se aleja para evitar seguir la discusión.

Ejemplo 2:

Emilia: “Es mi turno.”

Roberto: “No...es el mío.”

Emilia: “No mío.”

Roberto: “Te dije que me toca a mí.”

Emilia: “Eres un tramposo...tonto.”

Consuelo: “¿Qué está pasando aquí?...Acaso no saben las reglas de la casa?...no más cartas por una hora. Ahora, cuando decidan portarse bien y no pelearse se las entrego...entendido?”

Ejemplo 3:

Amanda: “Bueno mami, ya me voy.”

Gina: “No hija, no te acuerdas que llegaste tarde anoche y te dije que no podrás salir hoy.”

Amanda: “Pero mamá...es que ya quedé con mis amigas.”

Gina: “Lo siento hija no podrás salir hoy.”

En los últimos ejemplos los padres no sancionaron a sus hijos con tareas del hogar adicionales, sino que aplicaron una sanción de

inmediato y permanecieron calmados. Además, mantuvieron el principio de aplicar sanciones pequeñas para problemas pequeños.

No trate de cambiarlo todo de golpe. Concéntrese en una o dos cosas que su hijo hace y que realmente le molestan. Planee por adelantado las sanciones que usted va a aplicar - tenga preparada una lista de tareas cortas o pequeños privilegios para tener a mano.

Trabaje con los padres:

1° Pida a los padres que nombren algunos pequeños problemas cotidianos que tienen con sus hijos.

2° Haga que otro padre lea la lista de los privilegios que se pueden quitar presentada anteriormente.

3° Indique a los padres que haga una lista de pequeñas tareas que usarían y pequeños privilegios que quitarían.

Sanciones grandes para problemas grandes

Usted como padre deberá ser perseverante no se dé por vencido. Lo importante aquí es mantenerse firme en aplicar la sanción cuando se desobedece la regla, para que así su hijo sepa que usted está hablando en serio.

Ejemplo:

Mario: “Roberto, sabías que si volvías a llegar tarde no irías al cine el sábado.”

Roberto: “Pero papá, no fue mi culpa. Es injusto que no pueda ir al cine con mis amigos.”

Mario: “Lo siento hijo, pero esa película te la pierdes.”

¿Qué hacer acerca de los problemas grandes, como mentir, robar, llegar muy tarde a casa o ir a algún lugar no permitido?

Ese es el momento de emplear una sanción fuerte, una tarea grande o una

pérdida importante de privilegios, el tipo de sanción que usted encuentre más efectivo y que realmente consiga llamar la atención de su hijo.

Teresa (al teléfono): “Estoy preocupada, no sé qué hacer. Jessica tenía que estar aquí a las 9 y ya son las 12. Media hora más y llamo a la policía. Gina, creo que ya llegó Jessica, te dejo, luego te cuento... Jessica, ven aquí. Jessica ¿Tienes idea de la hora que es?”

Jessica: “Ay mami, se me hizo tarde.”

Teresa: “Mejor vete a tu habitación, estoy muy enojada contigo para hablar contigo en este momento”.

(Al cabo de un rato, en el cuarto de la adolescente).

“Jessica, casi me matas de la preocupación. Y no es sólo que llegaras tarde sino que ni siquiera llamaste para avisarme.”

Jessica: “Te juro que se me pasó.”

Teresa: “Pues ahora tendrás que recibir un sanción de acuerdo a tu falta. No podrás salir durante todo el fin de semana.”

Jessica: “Pero mamá, eso es demasiado.”

Teresa: “Llegar tan tarde también es una falta muy grave, por eso es que tu sanción es así.”

Esta adolescente se molestó al recibir una sanción tan grande. Sin embargo, si la madre no le hubiese sancionado, la lección hubiera sido que está bien llegar tarde. El detalle importante fue que la madre permaneció calmada y le explicó a la hija el por qué la estaba sancionando.

Al típico adolescente que se mete en problemas serios de vez en cuando, usted debe enseñarle que sus faltas traerán consecuencias graves. El objetivo es asegurarse de que su hijo no vuelva a cometer el mismo error nuevamente.

Trabaje con el grupo:

1° Solicite a los padres que piensen en la época en que tenían de 12 a 15

años de edad y recuerden una elección equivocada o un error que tal vez cometieron. ¿Hubo alguna consecuencia? ¿Qué aprendieron?

2° Indique a los padres que hagan una lista de faltas más graves que podrían cometer sus hijos. No agregue problemas muy graves como los relacionados con el abuso del alcohol o sustancias psicotrópicas o dificultades con la ley. Recuerde a los padres que para los problemas más graves se requerirá alguna ayuda externa.

Ejemplos:

- Ir a alguna parte a la que no se les permite ir
- Llegar a casa muy tarde
- Salirse de la escuela durante las horas de clase
- Beber, fumar o consumir drogas (como experimento, no el abuso; véase lo indicado anteriormente)
- Estar involucrado en una pelea violenta
- Herir a un miembro de la familia

3° Haga que el grupo realice una lluvia de ideas sobre tareas más grandes que se pueden asignar y privilegios más importantes que se pueden suprimir para sancionar las faltas más graves.

V. Cierre de la Sesión

- Hacer recordar a los padres que se debe eliminar todo tipo de castigo y corregir sin perder el control, sin gritar, criticar o culpar, manteniéndose serenos, para evitar una lucha de poder.
- Se establece una sanción, quitando un privilegio o dando una tarea, de acuerdo al tamaño de la falta. Tenga a mano una lista de tareas y privilegios.
- Las sanciones son contra los comportamientos no contra los hijos o hijas.
- Pedir a los padres que asignen una tarea o sanción pequeña en casa para castigar una falta.

Repetir en voz fuerte todos a la vez el lema de los padres:

“Con amor y límites mi hijo será un buen ciudadano”.

SESIÓN 4: ADOLESCENTES

I. Sesión: “Aprendiendo a defenderme ante presiones negativas”

II. Duración: 60 minutos

III. Objetivos:

- Comprender que el consumo de drogas causa daños físicos y mentales muchas veces irreparables.
- Practicar habilidades para resistir la presión de grupo.

IV. Desarrollo de la sesión

Pida al grupo:

1º Que se sienten en el piso formando un círculo.

2º Deles la bienvenida y felicite la participación de cada uno en el taller.

3º Pida que hagan elogios o expresen su agradecimiento al chico o chica sentada a su lado. (Ayude a quien no puede)

4º Pregunte al grupo:

¿Qué reglas no cumplieron esta semana en casa o en la escuela?

¿Qué reglas se acordaron de seguir? ¿Hubo alguna consecuencia por no cumplir la regla?

Juego la “Rueda de la fortuna”

Trabaje con el grupo:

1º Coloque 14 hojas de papel en fila donde los adolescentes puedan verlas fácilmente. Escriba algunas letras de la frase “Presión de Grupo” en las hojas, una letra por hoja. Deje hojas en blanco, como se ilustra en el diagrama a continuación.

P		E			O	N
D						
G			P	O		

- 2° Explique a los adolescentes que harán un juego similar a la “Rueda de la Fortuna”, donde las personas dicen letras hasta que pueden adivinar completar las palabras del tema a desarrollar en el taller (presión de grupo).
- 3° Pida a los adolescentes que adivinen las letras y escriba en letras en tamaño grande las letras en las hojas apropiadas.
- 4° Cuando hayan adivinado todas las palabras dígales que ese es el tema del taller de hoy día.

Recuerde a los adolescentes que tienen metas importantes y que el consumo de drogas y el abuso del alcohol muchas veces impiden alcanzarlas. Dígales que en la adolescencia aún se están desarrollando y que el impacto del alcohol en su bienestar físico y mental es mayor y puede interferir con el proceso de independencia y de establecimiento de la identidad que anhelan. Añada que el experimentar con el consumo de drogas puede llevar a la adicción. No todas las personas sólo la experimentan, hay quienes la usan y llegan a la adicción, por lo que es un camino peligroso sin forma de saber quién será adicto y quién no.

Lo que a veces hacen los adolescentes para agradar

- 1° Coloque dos siluetas, un hombre y una mujer adolescente típico/a, en el rota folio o en la pizarra. Pida al grupo que dé nombres a las figuras, que podrían llamarse, como “Jorge” y “Juanita”.
- 2° Reparta papelitos adhesivos para notas (dos por persona) y diga al grupo lo siguiente: “A veces Jorge y Juanita se preocupan por lo que las personas piensan de él y de ella. Por ejemplo, a menudo

Jorge se preocupa por su baja estatura.”

3° Haga que cada adolescente escriba (en los papelitos adhesivos y con letras grandes, usando un marcador) otras cosas que a Jorge o Juanita les podrían preocupar sobre lo que las otras personas piensan de ellos.

4° Después de 1 a 2 minutos, pida a cada persona que ponga su nota dentro de la silueta de Jorge y Juanita (pueden ser cosas comunes para Jorge y Juanita o diferentes para cada uno) y lea al grupo las preocupaciones de los adolescentes.

5° Diga al grupo lo siguiente: Jorge y Juanita quieren agradar a los otros adolescentes y a veces hacen cosas para impresionarlos.

6° Pida que escriban algo que podría hacer Jorge y Juanita para impresionar a sus amigos, usando más notas adhesivas. Después de unos minutos, haga que cada adolescente ponga su nota fuera de las siluetas y lea al grupo lo que se escribió.

Aproveche la información que los adolescentes han colocado junto a las siluetas de los adolescentes y dígales que algunos jóvenes beben, fuman cigarrillos o consumen drogas para impresionar, sin darse cuenta de las consecuencias. De ejemplos de situaciones de riesgo que por la sensación de placer y libertad se hacen pero cuyos efectos posteriores son perjudiciales. No deje de indagar si los adolescentes conocen personas alcohólicas o drogadictas y como viven. Vea la actividad opcional en anexos (vivir una sexualidad saludable y mitos y hechos sobre las conductas sexuales de riesgo)

Situaciones que pueden ponernos en problemas

1° Que a veces los amigos nos pueden intentar convencer de hacer algo que sabemos que no es adecuado y puede ser difícil decir “no”, especialmente cuando se trata de un amigo que admiramos y de alguien con quien deseamos tener amistad.

2° Pregunte: ¿Cuáles son algunas de las cosas que otro adolescente puede pedirnos que hagamos que parecen divertidas o novedosas pero que podrían meternos en problemas e impedirnos alcanzar nuestros sueños y metas?

3° Registre las respuestas en el rotafolio.

4° Presente a los jóvenes invitados y pídale que cuenten cómo hicieron para enfrentar la presión de los amigos.

5° Facilite preguntas de los adolescentes a los jóvenes. Diga al grupo que a continuación se verán algunas formas para enfrentar las situaciones que podrían meternos en problemas y lo importante que es tomar buenas decisiones que ayuden a alcanzar los sueños.

6. Los jóvenes invitados deben conocer previamente el objetivo de la sesión y tener la facilidad para expresar sus ideas al grupo; contáctelos con tiempo, ellos/as también podrían participar en la séptima sesión.

Enfrentar las situaciones que pueden meternos en problemas

Paso

1° Que a continuación se revisarán 3 pasos para ayudarlos a desarrollar habilidades para resistir la presión de grupo.

Los pasos son:

- a. Hacer preguntas
- b. Nombrar el problema y decir lo que podría suceder
- c. Sugerir otro camino.

2° Diga lo siguiente:

- ♦ Hacer preguntas ante una situación difícil ayuda a mantener la distancia para evitar meternos en problemas.

Por ejemplo, si un amigo nos invita a ir a su casa porque sus padres no están, podría ser útil preguntar: “¿Para qué? ¿Qué quieres hacer?”

3° Realice la demostración de cómo hacer preguntas: Si tiene a jóvenes invitados haga una demostración de los pasos para afrontar la presión de grupo con ellos, de no ser así la demostración la realizarán los facilitadores.

- ♦ Coloque el Cartel de “Haga preguntas” en un lugar donde todos lo puedan visualizar. Paso 1: Haga preguntas
- ♦ Distribuya en una mesa las “Tarjetas de Situación”, con el texto hacia arriba
- ♦ Explique que hay dos roles en la dramatización de las situaciones:
 - a. El *amigo que presiona* para hacer algo inadecuado, que debe tomar una “Tarjeta de situaciones de riesgo” y leer el “Cartel” la situación que corresponda a la tarjeta.
 - b. El *adolescente que está resistiendo* la presión del amigo que hará preguntas como: “¿Qué vamos a hacer?” o “¿Por qué quieres ir allí”?
- ♦ Inicie la demostración con quien presiona y luego le responde quien resiste.
- ♦ A continuación siguen el otro ejemplo.

4° Divida a los adolescentes en pares y pídales que escojan el rol que quieren jugar - quien presiona o quien resiste-. Repita los pasos de la demostración con cada una de las parejas.

Para optimizar el tiempo de la práctica, cada facilitador puede trabajar con un grupo pequeño siguiendo los pasos descritos.

5° Reúna a todo el grupo, dígame que se ha visto cómo hacer para enfrentar situaciones que podrían meternos en problemas, pregunte ¿en qué consistió este primer paso? (Respuesta: hacer preguntas).

Juego: Pasar la pelota

- 1° Divida en dos equipos, cada uno en fila en los extremos opuestos de una hilera de sillas (algunas sillas más que el número de miembros del grupo).
- 2° Entregue una pelota a la primera persona de cada equipo.
- 3° Un equipo gana cuando cada jugador ha terminado de correr alrededor de las sillas y ha regresado a su equipo.

Nombrar el problema, y decir lo que podría suceder y sugerir otro camino - Pasos 2 y 3

1° Que se verán un segundo paso para enfrentar las situaciones que podrían meternos en problemas. Coloque en el rotafolio Paso 2: Diga lo que podría ocurrir (Nombrar el problema).

2° Diga que una vez que han determinado que sus amigos quieren que ustedes hagan algo inadecuado, es útil nombrar el problema y señalar lo que podría suceder. Por ejemplo:

- Si nuestro amigo dice *“Oye, vamos a robar algo en la tienda”*, ustedes nombran el problema diciendo *“Eso está mal, es un delito”*. Es decir, le recordamos a nuestro amigo que lo que está sugiriendo está inadecuado.
- Luego, ustedes pueden señalar lo que podría suceder, como *“Si robamos en una tienda, la policía podría detenernos y llevarnos a la cárcel, o nuestros padres podrían enterarse.*
- Esta es una manera en la que podemos ayudar, como si estuviésemos con una señal de tránsito que indica detenerse. Cuando expresamos lo que podría suceder, estamos indicando a los amigos cuáles son las consecuencias exactas y así evitamos que tanto ellos como nosotros nos metamos en problemas.

3° Pida al grupo que lea el “Cartel de situaciones de riesgo” y que enumere algunos problemas que podrían suceder como

consecuencia de seguir estas situaciones de riesgo. Escríbalas en un rotafolio titulado “Decir lo que podría suceder”. Respuestas posibles del paso 2 (ver el manual de recursos)

- Podríamos ser atrapados
- Podrían suspendernos.
- Nos prohibirían salir de casa.
- Podrían llamar a la policía.

4° Los adolescentes en parejas como en la práctica anterior (pasos 1) en representarán roles por turno y agregarán el nuevo paso. Pida a los adolescentes que usen las afirmaciones mostradas en el rotafolio.

5° Asegúrese de que cada adolescente tenga la oportunidad de resistirse a la presión usando los pasos 1 y 2.

6° Diga al grupo, que continuaremos con el Paso 3: Sugiera otro camino y coloque en el rotafolio el cartel con este título, Explique que después de que hayan mencionado el problema y dicho lo que podría suceder, es útil indicar brindar una alternativa que pueden hacer en lugar de la sugerida. Por ejemplo, si el amigo dice “Vamos a robar en la tienda”, podríamos responder “Oye, por qué mejor no jugamos un partido de fútbol”. O si el amigo dice “Vamos a fumar un cigarrillo” podríamos decirle “Oye, por que mejor nos vamos a comer algo”.

7° Haga que el grupo prepare una lista de las cosas que podrían sugerir para seguir otro camino. Escríbalas debajo del cartel “Sugiera otro camino”. Posibles respuestas:

- salir a comer algo
- practicar un deporte
- ver una película
- ir a la casa de un amigo

8° Diga a los adolescentes que sigan con sus parejas jugando roles por turno y que usen los 3 pasos. Asegúrese de que cada adolescente tenga la oportunidad de practicar los pasos.

VI. Cierre de la Sesión

Pregunte a los adolescentes ¿qué fue lo más importante que aprendieron en el taller?

1. Entregue una tarjeta (o papel) a cada adolescente para que escriban su idea y la coloquen en el rota folio o pizarra.
2. Otra forma en que puede recoger los aprendizajes es formando pequeños grupos de 3 adolescentes, que identifiquen y escriban los aprendizajes también en tarjetas (o papeles).
3. Lea los aprendizajes que los adolescentes han formulado y construya la idea fuerza de la sesión; resuma los pasos aprendidos para hacer frente a la presión de grupo.

Repetir en voz fuerte todos a la vez el lema de los padres:

“Con amor y límites en mi hogar seré un buen ciudadano”.

SESIÓN 4: PADRES Y ADOLESCENTES

I. Sesión: “La Familia y su apoyo ante la presión de sus compañeros”

II. Duración: 60 minutos

III. Objetivos:

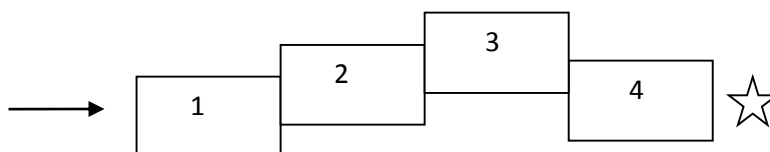
- Hablar juntos sobre cómo evitar la presión de compañeros
- Hablar juntos acerca de otros problemas de conducta
- Establecer expectativas claras para los adolescentes

IV. Desarrollo de la sesión

Diga al grupo que realizarán una actividad para trabajar en equipo como familia:

Preparación del juego:

- Utilice una cinta adhesiva para pegar cuatro cartulinas 50cmx50cm cada una en forma de un camino con curvas donde los participantes puedan poner sus pies. Es posible que más de dos personas estén pisando la misma cartulina al mismo tiempo, por lo que es importante que estas sean grandes. Luego enumere las cartulinas del uno al cuatro. Utilice la cinta adhesiva para marcar en el piso una flecha al inicio del camino y una estrella el final.



- Las tarjetas marcadas “Padre” se dividen en cinco grupos (uno para cada pareja) con la tarjeta marcada “Tarjeta Inicial #” al principio de cada grupo. Realice lo mismo con las tarjetas marcadas “Adolescente”.
- Un facilitador del grupo tiene las tarjetas de los padres y otro facilitador tiene las tarjetas de los adolescentes. Los espectadores tienen las tarjetas que dicen “Te ayudaré”.
- Note que cada tarjeta está marcada con un signo “+” (avanzar) y un “(-)” (retroceder). Esto permite que el facilitador alterne las tarjetas si una

pareja está muy atrasada o si hay demasiados pies en una misma cartulina.

- Cada participante debe tener por lo menos un pie dentro de la cartulina que le corresponda en todo momento.

Realización del juego:

1° Solicite que se formen las parejas de padres e hijos y enumere las parejas del uno al cinco. Se deben formar cuatro o cinco parejas de adolescentes y padres (de las mismas familias). Aquellos que no participen actuarán de espectadores. Luego de aproximadamente 8 minutos se alternarán con parejas del grupo de espectadores.

2° Dígale al grupo que recuerde la Sesión 1 cuando los adolescentes hicieron los Mapas del Tesoro para mostrar sus metas y sueños para el futuro.

3° Cada pareja se ata los tobillos. El tobillo izquierdo del padre con el tobillo derecho del hijo. (Si alguien tiene impedimento de tobillo o siente que es peligroso, pida que se aten los codos).

4° Luego inicia la pareja 1.

- ♦ El padre toma la tarjeta “Padre” y el adolescente la tarjeta “adolescente”.
- ♦ Las tarjetas se leen en voz alta y la pareja sigue las instrucciones de su tarjeta.
- ♦ Sigue la pareja 2 y así sucesivamente.

6° Si la pareja se separa mucho, es decir, si el padre esta en el cuadrado N° 1 y el hijo en el N° 3, uno de los espectadores puede gritar “Te ayudaré” y leerle las indicaciones de esta tarjeta para que el participante atrasado se acerque a su pareja.

7° Luego de 7-8 minutos, se suspende el juego para ver quien está más cerca de la estrella. Felicite a las parejas por haber trabajado juntas.

8° Alterne las parejas para empezar otra ronda del juego.

9° Deje que jueguen cuantas parejas puedan en el tiempo establecido.

Opciones: Se pueden dar premios (golosinas) al final del juego.

Cuando el juego haya concluido, analice con el grupo las respuestas a las siguientes preguntas:

¿Que aprendieron acerca de cómo alcanzar sus metas?

¿Qué les sorprendió en el juego?

¿Qué cosa quisieran hacer más a menudo para trabajar juntos?

Haga una breve introducción al video diciéndole al grupo lo siguiente:

- ♦ En el juego que acabamos de realizar, los padres y los adolescentes trabajaron juntos para alcanzar sus metas.
- ♦ Los padres y los adolescentes también pueden trabajar juntos para ayudar a los adolescentes a afrontar la presión de grupo.
- ♦ En el video que vamos a ver observaremos cómo los padres ayudan a sus hijos a afrontar la presión de grupo.

Proyección de video

Narradora: Es difícil ser adolescente en estos días. Hay presión de los profesores, de la familia y de los amigos. A veces parece que todo el mundo quiere que hagamos o probemos cosas que realmente no deseamos.

Narrador: Por lo tanto, también es difícil ser padres. Ellos quieren que sus hijos adolescentes crezcan sanos y que salgan adelante en la vida pero saben que lograrlo implica superar todas estas presiones. Los padres se preocupan de que sus hijos se involucren en problemas o situaciones que realmente les hagan daño.

Narradora: Pero cuando los padres y los adolescentes logran establecer una relación basada en la comunicación efectiva - escuchándose con empatía -, en la confianza y en el apoyo mutuo, todos ganan. Veamos como una adolescente trabaja en equipo con su madre para afrontar la presión de grupo:

Dialogo 1. Una hija (Rita) le cuenta a su madre (María) acerca de una situación en la cual sus amigas se subieron a un auto con jóvenes desconocidos. La hija está molesta y no sabe qué hacer, pero la madre le apoya y le ayuda a recordar las maneras de enfrentar la presión de grupo. La madre ensaya un juego de rol con la hija para practicar la manera adecuada de responder. Usando las técnicas para enfrentar la presión de grupo aprendidas en las sesiones de Familias Fuertes. La madre se mantiene positiva y ayuda a su hija.

María: “¿Hija, como te fue en el concierto?”

Rita: “Más o menos.”

María: “¿Por qué? Dime ¿Que pasó?”

Rita: “Es que supe que varias de mis amigas se fueron en un auto con unos jóvenes desconocidos. Mamá, ¿que haría yo en esa situación? ¿Si estoy con mis amigas y ellas quieren ir y yo no, tampoco quiero que piensen que soy aburrida?”

María: “Hija, ya se que es difícil.”

Rita: “Si, claro.”

María: “Mira, lo mejor es saber como reaccionar en estas situaciones y estar preparada. Pretendamos que yo soy uno de los jóvenes desconocidos. “¡Ven con nosotros y con tus amigas!”

Rita: “¿Para qué?”

María: “Para conocernos.”

Rita: “No, eso no nos conviene. Ni siquiera se quienes son.”

María: “Yo soy José, él es Marcos y él es Luís. ¡Ya nos conoces! Hay, vamos, no seas miedosa. Todas tus amigas van.”

Rita: “¿Por qué mejor no nos quedamos acá en el concierto un poco más con el resto de amigos del colegio? Yo haré eso, están bienvenidos a quedarse.”

María: “Muy bien, hija. Yo sabía que podría confiar en ti. Lo haz hecho muy bien.”

5 minutos

Analicen la respuesta a la siguiente pregunta:

¿Qué hizo la madre para ayudar a su hija?

Respuestas posibles:

- ♦ Escuchó a su hija sin reaccionar en forma exagerada.
- ♦ Le ayudó a practicar qué decir.
- ♦ La elogió.

Proyección de video

Narrador: Esa madre realmente escuchó a su hija, sin criticar o dándole un sermón. Ayudándola a practicar los pasos a seguir para enfrentar la presión de grupo y facilitar las cosas cuando la hija se enfrente a una situación similar.

Narradora: Si los adolescentes no saben cómo responder a la presión del grupo, pueden acabar en dificultades aunque esta no haya sido la intención. Además en el momento de afrontar la presión es difícil de reafirmar y convencer a los demás de que uno tiene la razón. Así mientras más adolescentes practiquen las técnicas para afrontar la presión de grupo y más padres puedan ayudarlos, es más probable que ellos sepan qué hacer en una situación difícil.

Narrador: Otro ejemplo de problemas que los adolescentes podrían enfrentar es que sus amigos los intenten convencer de tomar alcohol o probar alguna droga. Veamos como un adolescente y sus padres conversan sobre lo que él podría hacer.

Dialogo 2. Carlos está preocupado porque no sabe como reaccionar cuando sus amigos lo inviten a beber alcohol. Los padres (Francisco y Adriana) escuchan la preocupación de Carlos pero reaccionan con calma. Lo ayudan a deducir qué hacer y decir para no meterse en problemas y a la vez ser capaz de conservar a sus amigos. Como en el dialogo anterior, los padres le ayudan a elaborar una respuesta adecuada. Uno de los padres recuerda el material de Familias Fuertes para confrontar la presión de grupo y ensaya la técnica con su hijo.

Cecilia: “Bueno papis, me voy a acostar, hasta mañana.”

Francisco: “Esta bien hijita”

Adriana: “Hasta mañana hijita”

Carlos: “Bueno, yo también, buenas noches.”

Francisco: “Carlos, vamos a jugar fútbol este fin de semana ¿Vas a invitar a Manuel?”

Carlos: “No se si voy a invitar a Manuel....”

Francisco: “¿Por qué?”

Carlos: “Porque él empezó a beber y él quiere que yo también beba.”

Francisco: “Entiendo hijo... Supongamos que yo soy Manuel y

estamos en una fiesta y te digo, ‘Carlos, vamos a la cocina. Tengo una sorpresa.’...tu que dices?

Carlos: “¿Para qué vamos a ir a la cocina si la fiesta está divertida?”

Francisco: “Si una cerveza no hace nada.”

Carlos: “¿Pero por que mejor no vamos a bailar?”

Francisco: “Yo quiero tomar una cerveza.”

Carlos: “Y yo voy a sacar a bailar a Patricia.”

Francisco: “Eres cobarde.”

Carlos: “Escucha Manuel, la vamos a pasar mejor sin tomar cerveza. Si tomamos cerveza las chichas no van a querer bailar con nosotros porque vamos a oler a alcohol y a actuar como payasos”.

Adriana: “Así se hace, hijito.”

Francisco: “Muy bien hecho, hijo.”

Narradora: En ambos ejemplos los padres podrían haberles dado un sermón a sus hijos acerca de la violencia, el sexo no deseado y el abuso del alcohol. En cambio, escucharon y luego colaboraron para resolver el problema.

Narrador: Cuando los adolescentes y los padres colaboran, en vez de convertirse en enemigos, funcionan como equipo para obtener resultados efectivos. Después de practicar la manera en que se debe reaccionar, los adolescentes se sienten mejor acerca de lo que deben hacer la próxima vez que enfrenten a una situación difícil y los padres se sienten más seguros de confiar en ellos.

Narradora: Ya que los padres fueron abiertos para escuchar y ayudar a sus hijos, es muy seguro que estos adolescentes se vuelvan a acercar a ellos la próxima vez que quieran discutir un problema. Mientras los padres comprendan mejor las situaciones que afrontan sus hijos y puedan apoyarlos para enfrentar la presión de grupo, mejor podrán ayudarlos.

Actividad 3: Compartir las habilidades de resistir

10 minutos

Hoja de afrontar la presión de grupo y cartel de situación de riesgo

Explique al grupo:

1° Que el objetivo de esta actividad es que los padres jueguen el rol de amigos de sus hijos que hacen presión de grupo.

2° Diga a los padres que se reúnan con sus hijos y que cada familia trabajará por separado.

3° De las instrucciones a los padres, deben hacer el papel de amigos que tratan de meter a su hijo en problema, pueden consultar el cartel de situación de riesgo para tener ideas.

4° Los facilitadores apoyan a los adolescentes y les permiten practicar los pasos que han aprendido de manera más informal que en las sesiones anteriores. Se pueden apoyar con la tarjeta afrontar la presión de grupo.

Actividad 4: Compartir los sueños y expectativas de los padres

5 minutos

Carta

1° Cada familia se reúne y los padres leen, en forma privada, la carta “Te quiero y deseo lo mejor para ti” (de la sesión con los padres 6).

2° Pida a los padres que se lleven a casa esta carta y la guarden.

V. Cierre de la Sesión

5 minutos

Pida a las familias que se reúnan en círculo, con los adolescentes junto a sus padres.

1° Muestre el cartel con la frase para cerrar el círculo “Una cosa que aprendí acerca de alcanzar una meta es...” y haga que cada persona responda.

2° Felicite la participación de padres e hijos y recuérdelos volver para la siguiente sesión, que si por algún motivo no pueden hacerlo no dejen de volver a la siguiente.

3° Muestre los carteles con los lemas uno a la vez y pida a cada grupo que diga el lema que le pertenece en conjunto.

Lema de los adolescentes

Somos el presente, somos el futuro, de nosotros depende

Lema de los padres

Con amor y límites seremos una familia mejor

Lema de la familia:

Somos familias fuertes, nos queremos y la pasamos bien juntos.

QUINTA SEMANA

SESIÓN 5: PADRES

I. Sesión: “Escudo Protector ante problemas Psicosociales”

II. Duración: 60 minutos

III. Objetivos:

- Proteger a sus hijos del abuso del alcohol.
- Aprender a supervisar a sus hijos.

IV. Desarrollo de la Sesión

- Realizar a los las siguientes preguntas:
 - ✓ ¿Qué muestras de conducta inadecuada notó en su hijo o hija esta semana?
 - ✓ ¿Qué clase de consecuencia o sanción aplicó?

Diferentes perspectivas en relación a las conductas de riesgo

Una de las cosas que más nos preocupa como padres es que nuestros hijos adolescentes empiecen a consumir alcohol, y abusen de ello.

Todo lo que hacemos para marcar límites claros, comunicarnos con ellos con franqueza y hacerles saber que les queremos (usando recompensas y sanciones, afirmaciones en primera persona y escuchando su punto de vista) nos ayudará a mantener a nuestros hijos fuera de dificultades y conseguir que salgan adelante.

Ha considerado dialogar con su hijo enfatizando el lado positivo de la sexualidad (el deseo, el placer, la proximidad, la dulzura y la relación de pareja), proporcionándole información sobre los riesgos (las enfermedades sexualmente transmisibles, el embarazo no deseado y las decepciones sentimentales) ¿Piensa usted que la abstinencia es una opción efectiva para su hijo o hija? Vea cuántos criterios diferentes están representados en su grupo.

Trabaje con el grupo:

1º Explique que usted va a trazar una línea imaginaria en el piso con dos extremos, un extremo representa a los padres que creen en la abstinencia total de la conducta que usted señalará (de la lista de conductas a continuación) y en el otro extremo corresponde a los padres que piensan que no debe haber ningún control sobre esa misma conducta de sus hijos.

2º Reúna a los padres y pídales que por cada conducta que usted leerá analicen dónde se ubicarían en el continuo de la línea.

3º Después de 1 minuto, solicite a los padres que ocupen la posición en la línea que representa sus creencias acerca de la conducta de sus hijos adolescentes. Repita el ejercicio con cada conducta.

4º Pida a los padres que expliquen por qué se ubicaron donde lo hicieron en la línea.

Lista de conductas:

- El consumo de alcohol
- El consumo de tabaco
- El consumo de drogas, por ejemplo marihuana
- La actividad sexual responsable con uso de preservativos

Preguntas de discusión:

- ¿A qué edad consideran que los adolescentes son lo suficiente maduros para tener las conductas mencionadas (por ejemplo, consumir alcohol, tener relaciones sexuales)?
- ¿Es igual para sus hijas e hijos? Si la respuesta es no, ¿Por qué?

Mencionar a los padres:

- La importancia de dialogar con los adolescentes para brindarles información sobre los cambios en la pubertad y las formas de protegerse de las conductas de riesgo. Tanto mujeres como hombres adolescentes deben de saber lo básico sobre el desarrollo físico de ambos sexos, como la menstruación y la erección, para

establecer interacciones de madurez y respeto. Así mismo, debemos lograr que ellas y ellos sepan ejercer una sexualidad sana, informada y libre del temor. Más allá de la perspectiva que tenga como padre en el tema de la sexualidad adolescente el objetivo no es provocar miedo sino asegurarse de que su hijo sepa identificar los riesgos.

- Asimismo se debe mencionar a los padres que la sexualidad adolescente es diferente a la sexualidad adulta pues los adolescentes están pasando por la etapa de pubertad y empezando a manifestar de manera más evidente su deseo y expresión sexual y constantemente estarán probando los estándares e ideas con los que han crecido. Por lo tanto, en esta etapa de cambio necesitan de su apoyo para definir su identidad y autoestima. En el caso de tener hijas adolescentes, como padre o madre haga de la primera menstruación un motivo de celebración. Durante la pubertad, algunos hombres adultos perciben los cambios en el cuerpo de las adolescentes y reaccionan retirando su afecto físico hacia ellas. Este mensaje indirecto puede avergonzarlas de un proceso totalmente normal y marcar su percepción de afecto incorrectamente. Subraye lo importante que es para las hijas en esta etapa el cariño de sus papás.
- Recuerde a los padres lo valioso de conversar con su hijo/a sobre el acceso a los servicios de salud, haciendo visitas a solas o con su compañía. Dígales que los proveedores de salud son profesionales capacitados en los que los pueden confiar pero que para poder realizar diagnósticos correctos necesitan respuestas sinceras por parte de su hijo/a. Dígales que si su hijo/a se siente intimidado con usted en la habitación, es preferible que haga la visita a solas. Su hijo/a adolescente le pedirá consejos si sabe que puede confiar en usted. Por esto debe respetar, valorar y escuchar las opiniones de su hijo/a, haciéndole saber que sus decisiones cuentan.
- ♦ Diga a los padres que ellos deben educarse sobre el proceso de desarrollo y la salud sexual en la adolescencia para poder brindar respuestas y consejos informados. Puede contactarse con su centro

de salud para conocer a los proveedores y obtener material apropiado para la edad de su hijo (trípticos, libros, etc).

Peligros con el consumo de tabaco y drogas, el abuso del alcohol y la desinformación acerca de las conductas sexuales de riesgo

Usted tiene derecho a tener sus propias opiniones, pero debe saber que los adolescentes tienen más posibilidades de tener problemas de drogas y alcohol si sus padres piensan que beber alcohol o usar drogas está bien.

Imagine una línea continua. En extremo del lado izquierdo están los padres que ejercen un control fuerte y piensan que sus hijos jamás deben probar alcohol. Otros piensan que probar vino o cerveza en algún evento especial está bien, y a algunos padres no les importa si sus adolescentes beben en casa.

Algunos piensan que está bien que los adolescentes beban ocasionalmente en fiestas, mientras otros ignoran el problema y afirman que los "los adolescentes" siempre "serán los adolescentes". En el extremo derecho están los padres que no quieren tener control y piensan que tanto beber como consumir drogas es aceptable.

Factores protectores del alcohol y las drogas

Como padre usted debe saber cuáles son los efectos del abuso del alcohol y del consumo de drogas. Los estudios sobre adolescentes con problemas de abuso de alcohol y drogas han demostrado, una y otra vez, que mientras más temprano comienzan a experimentar con licor o narcóticos, mayores son las probabilidades de que abusen de sustancias psicotrópicas más adelante.

Estos estudios revelan también que los adolescentes que abusan del alcohol o consumen drogas tienen mayor probabilidad de pertenecer a pandillas, de tener dificultades con la ley y de estar involucrados en embarazos no deseados durante la adolescencia.

Por ello, es realmente importante que usted tenga muy claros los factores

que ponen a sus hijos en riesgo de caer en el abuso de sustancias o conductas peligrosas, así como las medidas que usted puede tomar para reducir los riesgos. Los adolescentes que provienen de familias sin historial de alcoholismo presentan un riesgo menor.

Pero aunque usted no pueda cambiar el pasado de su familia, es importante que dialogue con su hijo, le informe y explique sobre los efectos negativos. Demuéstrele a su hijo que desaprueba el abuso de alcohol y el consumo de drogas con el ejemplo, que usted mismo no bebe/o bebe con medida y no usa drogas.

Los adolescentes que tienen una actitud positiva con respecto al colegio y que tienen amigos que no usan drogas o alcohol tienen menos probabilidades de tener

Como ya hemos mencionado, el abuso de alcohol y drogas no sólo puede conducir a la adicción, sino que también expone a los adolescentes a todo tipo de conductas de riesgo.

Como padres, debemos preparar a nuestros hijos para llevar una pubertad saludable, hablar de la menstruación y la erección, así como de la masturbación y apoyar su desarrollo emocional.

Hablar sobre sexualidad con sus hijos los ayudará a tomar mejores decisiones y disminuirá los riesgos en su conducta sexual. Luego, cuando ellos se encuentren frente a la tentación o a la presión de tener sexo, no es suficiente que piensen: "Mis padres desaprueban y me meteré en problemas con ellos si tengo relaciones sexuales." Los adolescentes deben tener la capacidad de decir: "Escojo por mi propia voluntad no tener relaciones sexuales." Lo mejor es encarar el tema de manera positiva sin recurrir a la vergüenza o el miedo.

Lo importante es que nuestros hijos sepan que pueden hablar con nosotros abiertamente, sin sentirse asustados o culpables sobre su sexualidad, comenzando por su identidad y su autoestima.

Es muy importante decir a nuestros hijos lo que esperamos de ellos y lo que nos preocupa. Asimismo hay que mencionarles las consecuencias

negativas del sexo, y si sientes que como padres no tienes la información correcta sobre el aborto, las infecciones sexuales, el SIDA y los métodos anticonceptivos, debes informarte en el centro de salud.

La comunicación efectiva (asegurándose de que su hijo sepa que espera de él) y el establecimiento de reglas claras, a la vez que demuestran amor y respeto, protegen a nuestros hijos de toda clase de dificultades.

Carta a su hijo

1º Mencionarle a los padres que escribirán una carta a su hijo/a con el objetivo de tener la oportunidad de decirle lo mucho que lo/a quiere y lo que usted espera de él o ella.

2º Distribuya las copias del modelo de carta.

3º Explique que la carta consta de 7 secciones y que hay espacios en blanco en la carta que completarán y en la sesión familiar se la leerán a sus hijos/as.

4º Proceda a leer el modelo de carta:

Sección 1. Empezaremos la carta hablando de las aspiraciones y sueños que usted tuvo cuando él era pequeño. La carta dice:

"Cuando naciste fui muy feliz y trataba de imaginarme cómo serías cuando tuvieses 5 años o 12 años. Me imaginaba que serías_____"

Diga a los padres que llenen el espacio en blanco. (Recuerde que puede modificar la carta de acuerdo a la situación de cada familia). Motíuelos a recordar las aspiraciones de las que hablaron en la primera sesión. ¿Esperaba usted que su hijo resultará fuerte y saludable, o considerado y responsable, capaz de divertirse? Piense durante un minuto lo que usted ha deseado para su hijo y escriba sus ideas en la carta.

Sección 2. Indique a los padres que en la siguiente parte de la carta expresarán las conductas, valores o logros de su hijo/a de los cuales usted se siente orgulloso en este momento. Dígales que completen la

sección de la carta con la edad de su hijo/a en la sección que dice: *“Ahora que tienes_____”* Luego complete la sección que dice: *“estoy muy orgulloso de ti porque eres_____”* y enumere las conductas, valores o logros actuales de su hijo/a como: bueno en la escuela, cariñoso, energético, inteligente, bueno para el deporte (o música o arte).

Sección 3. Diga a los padres que: en la siguiente sección escribirán algunas expectativas que tenían en su adolescencia para acercarse e identificarse con su hijo/a. Luego, escriba algunas aspiraciones actuales que tiene para su hijo. En esta parte es bueno escribir intereses o aspiraciones de los adolescentes como: divertirse con los amigos, mantenerse fuera de dificultades, practicar deporte, practicar música, o tener un trabajo a tiempo parcial:

“Me acuerdo de mi adolescencia y de mis mayores expectativas y preocupaciones en ese entonces: saber si le agradaría a alguien, si encontraría a alguien que me apreciara, _____.” Me gustaría saber si para ti es igual ahora. Por otro lado, sé que ahora tienes varias metas como por ejemplo_____ y por lo tanto quiero que sepas que lo que yo espero de ti en tu adolescencia es que las cumplas_____.”

Sección 4. En la siguiente parte de la carta escríbale su hijo:

“Porque te amo y porque deseo lo mejor para ti, me preocupa que puedas consumir alcohol, tabaco y que experimentes con drogas durante tu adolescencia. Siempre confiaré en ti, pero no está de más conversar abiertamente sobre estos temas y el efecto que pueden tener en tu vida y afectar que cumplas las metas que te has planteado. Más allá de pretender que me obedezcas porque sí, me interesa que tengas la información más completa y correcta para que por convicción propia tomes las decisiones debidas. alguna de las maneras en que el alcohol, el tabaco y las drogas podrían evitar que tus esperanzas y sueños se hagan realidad son_____.”

Diga a los padres que aquí enumeran algunas de las formas en que el consumo de alcohol o drogas podrían afectar a su hijo, como por

ejemplo perder el control y exponerse en el corto plazo a que le falten el respeto, a actos de violencia, a accidentes de tránsito, a otras conductas de riesgo como el sexo no deseado o sin protección, y en el mediano a largo plazo, afectando su salud, su físico y su capacidad intelectual, lo que disminuiría su rendimiento en la escuela, perder a sus amigos, ser expulsado del equipo de deporte, o de la escuela y así sucesivamente.

Sección 5. Continúe con la carta: *“Asimismo me interesa conversar abiertamente sobre la importancia de que tengas la información correcta sobre tu sexualidad y las conductas sexuales para que estés conciente de los resultados que estas pueden traer. El desconocer el lado negativo puede cambiar tu vida por completo con consecuencias irreversibles. Por ejemplo, puede que_____”*

Explique a los padres de deben escribir las consecuencias negativas de las relaciones sexuales que más les preocupa. Pueden por ejemplo mencionar embarazos indeseados, aborto, infecciones de transmisión sexual, HIV/Sida.

V. Cierre de la sesión

Motive y ayude a los padres a identificar los aprendizajes de la sesión:

- Tener claridad sobre lo que es aceptable para sus hijos, poner los límites necesarios, con amor y consideración, para protegerlos.
- El abuso de alcohol y drogas pone a los jóvenes en riesgo de todo tipo de comportamiento peligroso durante la adolescencia, como las relaciones sexuales en edad precoz y sin protección.
- Hablar con los adolescentes sobre sexualidad sin vergüenza o miedo disminuye los riesgos en su conducta sexual.
- Preocúpese de saber dónde están sus hijos, qué están haciendo y quiénes son sus amigos.

- No promueva el consumo de las drogas sociales: alcohol y tabaco, mientras más jóvenes se inician más posibilidades hay que sigan consumiendo.

Repetir en voz fuerte todos a la vez el lema de los padres:

“Con amor y límites mi hijo será un buen ciudadano”.

SESIÓN 5: ADOLESCENTES

I. **Sesión:** “Reconociendo a la buena amistad”

II. **Duración:** 60 minutos

III. **Objetivos:**

- Aprender habilidades adicionales para resistir la presión de grupo
- Distinguir cuáles son los buenos amigos

IV. **Desarrollo de la sesión**

1º Forme un círculo y pida que hagan elogios o expresen su agradecimiento a la persona sentada a su lado. (Ayude a quien no puede hacerlo)

2º Pregunte a los adolescentes:

- ¿En esta semana, identificaron alguna situación en la que se sintieron presionados por sus compañeros?
- ¿Tuvieron oportunidad de usar los 3 pasos que aprendimos en la sesión anterior para afrontar la presión de grupo?

El alcohol y las drogas pueden impedir que cumplamos nuestras metas

1º Diga al grupo lo siguiente:

- La semana pasada aprendimos 3 pasos para afrontar la presión de grupo.
- Esta semana aprenderemos qué hacer cuando los amigos no quieren escuchar los consejos.
- Hemos hablado de algunas de las metas que como adolescentes quieren alcanzar a medida de que crezcan
- Tomar decisiones informadas sobre el alcohol y las drogas nos ayudará a determinar si alcanzaremos nuestras metas.

2º Vale la pena recordar que:

- Los adolescentes, a diferencia de los adultos, aún se están desarrollando por lo que el impacto del alcohol en el bienestar físico y mental es mayor y puede interferir con el proceso de independencia y de establecimiento de identidad
- Experimentar con el consumo de drogas puede llevar a la adicción. No todas las personas sólo la experimentan, hay quienes la usan y llegan a la adicción, por lo que es un camino peligroso sin forma de saber quién será adicto y quién no.
- Relate alguna historia local de algún joven que se conozca haya vivido las consecuencias del alcohol o las drogas en su vida.

3° Pida al grupo que voluntariamente señale algunas metas que serían difíciles de alcanzar si la persona consume alcohol y drogas.

4° Registre en un rota folio ideas como:

- ser bueno en los deportes
- ir a la universidad
- ser un buen padre
- ser maestro o enfermera

5° Recuerde rápidamente los tres primeros pasos: 1. Hacer preguntas, 2. Nombrar el problema y decir lo que podría suceder y 3. Sugerir otro camino.

6° Señale que a veces los amigos nos pueden intentar convencer de hacer algo que sabemos que no es adecuado y puede ser difícil decir “no”, especialmente cuando se trata de un amigo que admiramos y de alguien con quien deseamos tener amistad.

Paso 4- Seguir nuestro camino

1° Diga al grupo lo siguiente: a veces los amigos no querrán hacer lo que les sugerimos cuando nos sentimos presionados. En este caso, sencillamente debemos seguir nuestro camino y decirle a nuestro amigo que puede venir si quiere pero de cualquier forma continuar alejándonos.

2° Explique qué aprenderemos a “Seguir nuestro camino”.

3º Organice sus recursos:

- Coloque en un lugar visible los carteles de los pasos 1 a 3 y los carteles de los pasos 4-6: Paso 4: “Seguir nuestro camino”, Paso 5: “Permanecer sereno y tranquilo” Paso 6: “Llamar al amigo por su nombre y decirle escúchame”.
- Coloque en un lugar visible: El “Cartel de situaciones de riesgo”
- Distribuya sobre una mesa las “Tarjetas de Situación” boca arriba.

4º Con el juego de roles continúe la actividad de la Sesión 5 de adolescentes.

- Primero realice una demostración con dos adolescentes. Un adolescente juega el rol del amigo que presiona para hacer algo inadecuado, toma una “Tarjeta de situaciones de riesgo” y la lee en el “Cartel” la situación que corresponda a la tarjeta. El otro adolescente que juegue el rol del amigo que se resiste a la presión practica el nuevo paso “Seguir nuestro camino”
- Muestre el rotafolio con los resultados de la lluvia de ideas sobre “Sugerir otra ruta”, de la Sesión 5 con los adolescentes. Use estas ideas para los ejemplos.

“¿Por que mejor no vamos a ver un video?” y comienza a alejarse “¿Por que no vienes conmigo?” pero continua a alejarse
- Haga que todos los adolescentes en parejas tomen turnos y practiquen los cuatro pasos cuya demostración acaban de ver.

Paso 5. Permanecer sereno y tranquilo y

Paso 6 Llamar al amigo por su nombre y decirle “Escúchame”

1º Diga al grupo lo siguiente:

- A veces las personas que quieren que hagamos algo inadecuado no nos dejan usar los pasos 1 a 4. Nos siguen presionando y no nos escuchan. En ese caso, debemos seguir algunos pasos adicionales.

Lo más importante es permanecer serenos y tranquilos y luego llamar a nuestro amigo por su nombre y decirle: “Escúchame”. Una vez que conseguimos que nos preste atención, volvemos a repetir los primeros pasos.

- Una pareja de adolescentes realiza la demostración continuando la actividad anterior y agregando ahora los últimos pasos: (5) permanecer serenos y tranquilos y (6) llamar al amigo por su nombre y decirle “Escúchame”.

2° Diga al grupo lo siguiente:

- A veces los adolescentes reciben mucha presión de sus amigos, quienes no quieren escuchar aunque usemos todos los pasos. En este caso, tenemos que irnos. Si un “amigo” no nos escucha y sigue tratando de meternos en problemas, tenemos que preguntarnos si es realmente un amigo.

Revisando todos los pasos (1-6)

1° Diga a los adolescentes que revisaremos la serie completa de pasos y que la mejor manera es usándolos con sus amigos en las situaciones reales de la vida. Intente reconocer habilidades sociales y factores protectores que ayudan a resistir la presión de grupo

2° Asegúrese de que cada uno tenga la oportunidad de ensayar todos los pasos.

3° Cerca del final de la actividad, trate de que los adolescentes practiquen la habilidad sin la ayuda de los carteles.

4° Diga a cada equipo que mostrarán a sus padres cómo pueden usar los pasos en la sesión con las familias, sin la ayuda de los carteles.

5° Reparta las tarjetas de los 6 pasos a cada adolescente para que se las lleven a sus casas.

Juego activo: Carros chocones

1° Pida que se formen en parejas: Una detrás de la otra, la de adelante es el carro y la de atrás el chofer.

2º Los carros deben tener los ojos cerrados y se dejan conducir por los choferes que guían sus carros con las manos en la cintura y con los ojos abiertos.

3º Diga las reglas:

- Si los choferes abren los ojos, la pareja sale del juego.
- Los choferes deben obedecer las consignas que se vayan dando
¡Arranquen! ¡Derecha!”, ¡Izquierda!, ¡Retrocedan! ¡Avancen!!
¡Más rápido! ¡Frenen! Toquen claxon! Hagan círculo todos!

4º Después de unos minutos haga que las parejas cambien de rol.

“Ir a pescar”: ¿Cuáles son las cualidades de un buen amigo?

1º Coloque en la mesa las tarjetas (en forma de pez) boca abajo.

2º Pida a los adolescentes que uno a uno tome una tarjeta. (Las tarjetas describen las conductas de los amigos).

4º Pida a cada adolescente que lea en voz alta la tarjeta que le ha tocado y que decida si la conducta merece ser conservada o desechada.

- Si se conserva se coloca en el lugar de los amigos en la pizarra donde habrá un cartel que diga Zona de la Amistad.
- Si la conducta describe a un amigo no muy bueno, se tira el “pez” dentro de un tacho que se tiene dispuesto para la actividad.

5º Una vez que se han acabado las tarjetas de peces, indique a cada adolescente que elija una tarjeta que represente una conducta que él mismo practica para ser un buen amigo.

6º Haga la siguiente pregunta a los adolescentes ¿Qué aprendieron acerca de las cualidades de un buen amigo?

El objetivo de la actividad es ayudar a los adolescentes a distinguir las conductas de los buenos amigos y los que no lo son.

i. Cierre de la Sesión

Pregunte a los adolescentes ¿qué fue lo más importante que aprendieron en el taller?

- Entregue una tarjeta (o papel) a cada adolescente para que escriban su idea y la coloquen en el rotafolio o pizarra. Otra forma en que puede recoger los aprendizajes es formando pequeños grupos de 3 adolescentes, que identifiquen y escriban los aprendizajes también en tarjetas (o papeles).
- Lea los aprendizajes que los adolescentes han formulado y construya la idea fuerza de la sesión. Si fuera pertinente resuma los tres pasos discutidos en esta sesión para afrontar/resistir la presión de los compañeros.
- Identifiquen alguna acción o conducta de algún amigo que demuestre que es un buen amigo.
- Practiquen ser buenos amigos durante esta semana.
- Practiquen los pasos para afrontar la presión de grupo.

Repetir en voz fuerte todos a la vez el lema de los padres:

“Con amor y límites en mi hogar seré un buen ciudadano”.

SESIÓN 5: PADRES Y ADOLESCENTES

I. Sesión: “Recordando lo Aprendido”

II. Duración: 60 minutos

III. Objetivos:

- Repasar el contenido del programa
- Expresar su agradecimiento

Diga al grupo que harán un juego del adivinador:

1° Los padres y los adolescentes forman un círculo. Quien “adivina” le da la espalda al círculo y los demás miembros del grupo eligen en silencio un líder mediante señales y gestos.

2° El líder empieza algún movimiento (aplaudir, saltar, darse golpecitos en la rodilla, etc.) y el grupo imita el movimiento. El líder debe cambiar el movimiento cada 5 a 10 segundos.

3° Luego se le dice al “adivinator” que se vuelva, vaya al centro del círculo y adivine quién es el facilitador.

4° Se repite cuantas veces lo permita el tiempo.

Actividad 1: Resumen y repaso del programa

20 minutos

1° Los facilitadores del grupo van mostrando los papelotes y trabajos realizados ayudando a las familias a recordar las sesiones y temas.

2° El facilitador de los padres describe las sesiones con los padres.

3° Los facilitadores de los adolescentes describen las sesiones con los adolescentes.

4° Todos los facilitadores se turnan para describir las sesiones con las

familias.

En el repaso de las sesiones promueva la participación de padres y adolescentes a fin de que tengan una intervención protagónica en la reconstrucción del proceso vivido desde su perspectiva.

Guion resumen de apoyo a los facilitadores para el repaso del programa

Estas son sugerencias como facilitador/a use sus propias palabras para repasar brevemente las sesiones.

Sesión 1:

Padres: En la sesión uno nos conocimos unos a otros y los padres aprendieron cómo pueden ayudar a sus hijos a tener una adolescencia, responsable, divertida y saludable. Hablaron de las cualidades que deseamos ver en nuestros hijos. (Muestre la lista del rotafolio con las cualidades que desean ver en sus hijos, Actividad 1.1) Comprendieron la importancia de mostrar amor y establecer límites y aprendieron cómo apoyar las metas y los sueños de sus hijos.

Adolescentes: Los adolescentes hablaron sobre sus metas para el futuro y discutieron cómo avanzar paso a paso para alcanzarlas. Hicieron unos magníficos mapas del tesoro para ilustrar algunas de sus metas y sueños. (Exhiba la muestra del mapa del tesoro.)

Familias: Luego los padres tenían que deducir cuál mapa del tesoro pertenecía a sus hijos. Los adolescentes hablaron acerca de sus mapas a sus padres y estos les hicieron preguntas. Luego los adolescentes tuvieron que averiguar lo que sus padres deseaban ser cuando fueron adolescentes.

Sesión 2:

Padres: En la sesión 2, los padres aprendieron lo que es normal para los adolescentes y la importancia de establecer reglas específicas en la casa. También aprendieron a emplear las afirmaciones que comienzan con “Me siento...” para hacer saber a los adolescentes cuáles son sus

sentimientos sin gritarles o culparlos. (Muestre el cartel con las afirmaciones que comienzan con “Me siento...”

Adolescentes: Al mismo tiempo que los padres aprendieron a comprender a sus hijos, estos aprendieron a conocer a sus padres. Comprendieron que los padres también tienen sus propias preocupaciones y problemas. (Muestre las listas del rotafolio “Es difícil ser padres” y “Es difícil ser adolescente”.) Reflexionaron sobre los dones que reciben de sus padres, como los privilegios y hacer cosas especiales juntos.

Familias: En la sesión con las familias, los padres y los adolescentes analizaron las reglas de la casa y aprendieron a comprender los puntos de vista de unos y otros.

Sesión 3:

Padres: En la sesión 3, los padres comprendieron el valor de apreciar lo que hacen bien sus hijos. También aprendieron las maneras de establecer una relación positiva. (Muestre la lista del rotafolio “Establecer una relación positiva”)

Adolescentes: Al mismo tiempo, los adolescentes aprendieron a identificar los signos de estrés y determinaron algunas maneras sanas de controlar su estrés. (Lista del rotafolio “Cómo hacer frente al estrés”)

Familias: En la sesión con las familias, los adolescentes y los padres hablaron de las cualidades positivas —o fortalezas— que tienen los adolescentes y los padres, así como los abuelos y toda la familia. Todos se mostraron creativos y crearon unos magníficos árboles de las familias. (Exhiba la muestra del árbol de la familia.)

Sesión 4:

Padres: En la sesión 4, los padres hablaron de cómo usar sanciones respetuosas y razonables cuando los adolescentes tienen problemas. Aprendieron que es mejor dejar las sanciones grandes para las ocasiones en que los problemas son realmente graves. (Muestre la lista

del rotafolio “Privilegios que se pueden quitar)

Adolescentes: Los adolescentes practicaron un juego divertido, en el cual partieron desde la oficina de licencias de conducir e hicieron varias paradas, hasta acabar en el cine y la *pizzería*. Comprendieron que, cuando siguen las reglas y son respetuosos, todo va mejor para ellos. También aprendieron que los adolescentes no son los únicos que deben someterse a reglas. Los padres también tienen responsabilidades y deben seguir reglas.

Familias: En la sesión con las familias, los adolescentes y los padres aprendieron el valor de las reuniones familiares y todos practicaron celebrando una reunión. También aprendieron que es bueno que las familias se diviertan juntas y practiquen algunos juegos de familia.

Sesión 5:

Padres: En la sesión cinco, los padres aprendieron cómo escuchar a sus hijos con empatía cuando tienen problemas y reflexionaron sobre cómo los trataron sus propios padres cuando eran adolescentes. Determinaron que todos los seres humanos tienen necesidades básicas, entre estas la pertenencia, la diversión, el poder y la independencia, y que los adolescentes tratan de satisfacer esas necesidades como puedan. Los padres se dieron cuenta de que pueden ayudar a sus hijos a satisfacer sus necesidades de manera sana. (Muestre la lista del rotafolio “Promover la independencia”)

Adolescentes: Los adolescentes aprendieron algunos pasos para afrontar la presión de grupo. (Muestre la lista del rotafolio “Lo que hacen los adolescentes para agradar a los demás”) Practicaron los pasos entre ellos para saber qué decir cuando alguien trata de presionarlos.

Familias: En la sesión con las familias, los adolescentes y los padres hablaron sobre los principios que tienen sus familias y todos hicieron un escudo protector de la familia que muestra sus principios. (Exhibir la muestra del escudo protector de la familia.)

Conclusiones

Ha sido estupendo reunirnos con todos ustedes durante las últimas siete semanas. Esperamos que sigan divirtiéndose juntos como familia, comunicándose y escuchándose unos a otros y trabajando juntos para resolver los problemas. Estamos orgullosos de todas las cosas que han aprendido y estamos seguros de que su familia es ahora más fuerte como resultado de su participación.

Evaluación

15 - 30 minutos

Evaluaciones

Explique a los adolescentes que resolverán un cuestionario:

1° Separe a los adolescentes para que contesten el test de estilos de crianza.

2° Desplácese para ver si los adolescentes necesitan ayuda al completar las evaluaciones.

V. Cierre de la Sesión

5 minutos

Pida a las familias que se reúnan en círculo, con los adolescentes junto a sus padres.

1° Exhiba la frase para cerrar el círculo y haga que cada persona responda.

Frase para cerrar el círculo: “Una cosa que aprendí en el Programa de Amor y Límites es...”

2° Felicite la participación de padres e hijos en todo el programa, muestre los carteles con los lemas uno a la vez y pida a cada grupo que diga el lema que le pertenece en conjunto.

Lema de los adolescentes

Somos el presente, somos el futuro, de nosotros depende

Lema de los padres
Con amor y límites seremos una familia mejor

Lema de la familia:
Somos familias fuertes, nos queremos y la pasamos bien juntos.

VI. Graduación

Es un momento muy significativo para las familias, es oportuno hacer participar a representantes del colegio y tutores de los alumnos.

Se sugiere el siguiente programa:

1º Ceremonia:

- Palabras de las autoridades.
- Entrega de certificados a las familias.

2º Compartir: Bocaditos y bebidas para el grupo.

3º Los facilitadores se tomarán un tiempo para despedirse de cada familia.