

Escuela para Padres



<http://www.slideshare.net/modulosai/la-influencia-del-entorno-familiar>

https://encryptedtbn0.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcQuID31vcu_e_JU9UVFcrDLYldMJVfFSpaPYqKfXX8aa6xYh2k-8lddR9m7

LA FAMILIA

LIDIA LILIA GUZMÁN MARÍN

Enero 2017

Temática	Pág.
1. La familia	3
1.1 Breve historia de la familia	4
1.2 Composición	5
1.3 Papel y funciones	6
1.4 Tipos de padres	7
2. La familia y el adolescente	9
2.1 Factores que influyen en el desarrollo.	10
2.1.1 La motivación	10
2.1.2 La autoestima	11
2.1.3 Fijar límites	11
3. La comunicación con su hijo(a)	12
3.1 Actitudes que obstruyen la comunicación	14
3.2 Tips para mantener una buena comunicación	14
4. El entorno o ambiente familiar	15
4.1 ¿Cómo se construye un buen ambiente familiar?	16
4.2 Formas de relación con los hijos	18
4.3 Situaciones que pueden convertirse en conflicto	20
4.4 Influencia del entorno social y escolar	21
4.5 Factores y conductas de riesgo	24
4.6 Factores de protección	26
Bibliografía	27

LA FAMILIA

La familia juega un papel fundamental en el desarrollo de los hijos; el amor, la confianza y seguridad que los padres les proporcionen trasciende en la personalidad de los futuros ciudadanos y en su integración a la sociedad: de ahí la importancia de este núcleo.

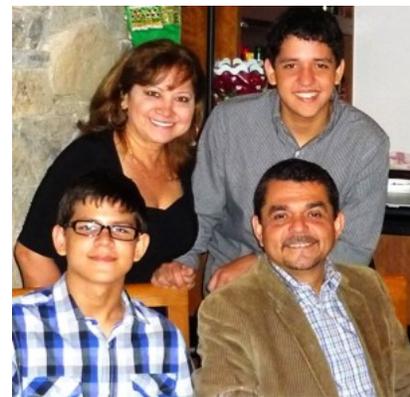
Lilia Guzmán Marín

¡Estimado padre y madre! En esta sección se presenta información que le puede orientar sobre la familia, con el objetivo de que ustedes reconozcan y fortalezcan los factores familiares como la convivencia, comunicación, disciplina, entre otros, que influyen en el desarrollo personal y en el desempeño académico de sus hijos.

¡Esta es otra forma de apoyar a nuestros estudiantes!, ustedes desde sus hogares y nosotros en la escuela.

La familia

Es considerada como una institución y/o grupo de personas con lazos consanguíneos o no, que viven bajo un mismo techo. También se le define como la unión de personas que comparten un proyecto vital de existencia en común que se quiere duradero, en el que se generan fuertes sentimientos de permanencia a dicho grupo, existe un compromiso personal entre sus miembros y se establecen intensas relaciones de intimidad, reciprocidad y dependencia (Rodrigo Ma. José, Palacios Jesús).



Familia actual <http://www.talleresfamiliares.com/>



Y para usted, ¿qué es la familia?

Breve historia de la familia



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

Familia de los años 60s

<http://2.bp.blogspot.com/-0Jb3iPndkNE/TzWZR1LfteI/AAAAAAAAAcE/IWlxYM-BzkM/s1600/familia60.jpg>

¿Cómo se han conformado las familias? El número de integrantes se ha modificado con el paso del tiempo. Al respecto, **Rabell Romero** señala los cambios de la familia mexicana en diferentes épocas. Por ejemplo, señala que en 1970 el número de hijos iba de seis a 12 o hasta 15; en 1976 el ideal era tener cinco hijos y las mujeres en especial buscaron planificar su familia. Ya en 1995 descendió a dos o tres el número de hijos por familia y en 2010 fue de uno a dos. En la actualidad las familias tienen dos descendientes, pero con el avance de la medicina se vive más y los padres y abuelos llegan a formar parte del núcleo familiar.



Familia contemporánea

<http://blogs.oregonstate.edu/espanol/2012/08/09/bienvenido-a-la-familia/>



Ante estos cambios, **¿qué ventajas tendrá el hecho de que actualmente las familias opten por un menor número de hijos?**

Usted, ¿creció en una familia numerosa? Si es así, ¿qué ventajas o desventajas le representó este hecho?

Composición de familias

Como ya se ha señalado, la familia ha ido cambiando a través del tiempo debido a diversos factores (culturales, económicos, sociales, políticos, científicos, humanísticos), lo que ha dado pie a que los expertos realicen algunas categorizaciones con base en el número y tipo de miembros que la componen.

Esta clasificación parte de la idea de que la familia es un grupo de personas con lazos consanguíneos o no, que viven bajo un mismo techo.

A continuación le presentamos algunos ejemplos de familias:

- **Nuclear**

Está conformada por la madre, el padre y los hijos en común.

- **Extensa**

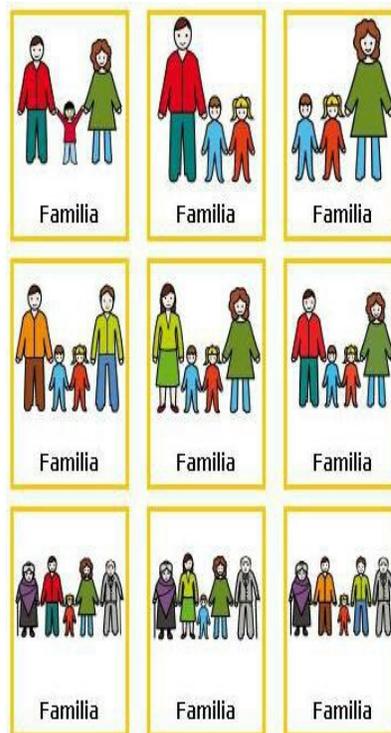
Además del padre, madre e hijos, se incluye a los abuelos por parte de ambos progenitores; los tíos, primos y demás parientes.

- **Compuesta**

Formada no sólo por padres e hijos, sino también por personas que poseen vínculos consanguíneos con sólo uno de los miembros de la pareja que ha originado esa nueva familia.

- **Monoparentales**

Formadas por un padre o madre y por sus respectivos hijos (viudas, solteras).



Tipos de familias

<http://psicovalencia.files.wordpress.com/2013/05/familias.jpg>

- **Homoparentales**

Las que se componen de una pareja homosexual, ya sea de dos hombres o dos mujeres con sus respectivos hijos, si los hay.

Como se puede apreciar, no hay un solo tipo de familia, éstas se conforman de distinta manera y eso no quiere decir que una sea mejor que otra, simplemente son diferentes.

Y usted, ¿en qué tipo de familia se ubica?

Papel y funciones de la familia

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

De ahí la importancia de este núcleo, ya que es en el seno familiar donde los hijos aprenden de sus padres valores, formas de ser, de abordar la vida, de relacionarse con los hermanos y padres; así como a convivir y acatar las reglas de convivencia social, lo que les ayudará a insertarse y adaptarse adecuadamente a la vida en sociedad.

Resulta fundamental que la familia tenga claridad en sus funciones, que esté bien constituida y sobre todo, que construya un ambiente propicio para el desarrollo de los hijos.

De acuerdo con Rodrigo y Palacios, se ubican cuatro funciones:

Funciones básicas de la familia:

1. “Salvaguardar la supervivencia de los hijos (salud y bienestar).
2. Generar un clima de afecto y apoyo para que los hijos tengan un desarrollo psicológico y emocional sano.
3. Impulsarlos y estimularlos en el desarrollo de su capacidad para relacionarse con su entorno físico y social, así como para dar respuesta a las exigencias y al mundo que les toca vivir.
4. Decidir qué tipo de educación van a continuar, la apertura a otros contextos educativos”.

En las funciones establecidas para los padres influyen dos factores importantes: a) tener una mente abierta al cambio y b) la disposición de aprender constantemente, esto le permitirá comprender y entender más a su hijo.

Los beneficios a obtener son: una mejor relación con su familia y con su hijo adolescente, más estabilidad y unión con la familia, el que su hijo se desarrolle en un ambiente sano, el impulsarlo para que adquiera seguridad y aprenda a tomar sus propias decisiones, entre otros aspectos.

Para ello, es importante que adquiera más información a través de diversos medios, incluyendo este portal.



Familia unida
<http://www.radiomitos.cl/magazin/?p=7722>

Tipos de padres:

La forma de ser de los padres se refleja en la educación proporcionada a sus hijos, de ahí la importancia de reflexionar sobre los estilos de paternidad que se asumen. A continuación le presentamos algunos estilos y le invitamos a que reflexione sobre ellos (Silva Mendoza):

- **Autoritario.**
“Las cosas son así porque lo digo yo”. Establece e impone las reglas según su criterio, sin tomar en cuenta el parecer o los intereses de los demás. Sus reglas son rígidas y espera que los hijos siempre obedezcan. La reacción de los hijos puede ser agresiva o sumisa, puede no tener amistades, puede crecer con la sensación de vergüenza y no atreverse a expresar sus puntos de vista; o bien ser como sus padres.
- **Permisivo o negligente.**
“Haz lo que quieras”. Este tipo de padres, no establece reglas claras y tampoco las cumple, piensa que así evitará conflictos. Otorga demasiada libertad. Crea sensación de abandono, desamparo en los hijos, por lo que es muy probable que tenga dificultades con éstos. El efecto es que los hijos tiendan a comportarse mal y sin límites, así como sufrir depresión, baja autoestima, ira, relaciones fracasadas, miedo al rechazo y necesidad constante de la aprobación ajena, entre otros.
- **Democrático, persuasivo o negociador.** “Podemos hablarlo”. Los padres ponen o marcan reglas claras; así como un ambiente de armonía y consideración por los hijos. Éstos por lo tanto son más seguros e independientes. Se tiende a tener menos dificultades con sus adolescentes. De alguna manera son más estables y se encuentran bien consigo mismos, se relacionan con los demás, tienen una buena autoestima y saben manejar su responsabilidad y tomar decisiones. Son competentes socialmente y persistentes.

¿Qué piensa de los tipos de padres que le presentamos, ¿con cuál se identifica?

Recuerde, los padres aplican un estilo educativo: autoritario, permisivo o democrático, pero éstos no son puros, muchas veces hay una combinación de

estilos. Con el fin de **reflexionar y reforzar los estilos educativos** de los padres de familia, le invitamos a ver el siguiente video:

VIDEO: ESTILOS EDUCATIVOS

De click en la siguiente liga: http://www.youtube.com/watch?v=4xSdC_F9IKQ

Si usted desea, tendrá la oportunidad de saber **qué actitudes asume** como padre a través del siguiente **cuestionario**, para ello de click en:

<http://procraser.blogspot.mx/2010/03/test-que-tipo-o-estilo-de-padre-eres.html>



Es importante que también piense en el tipo de relación que tiene con su familia e hijos; si lo ha hecho ¿cómo valora su relación?, ¿en qué aspectos cambiaría? Si no ha reflexionado en estos puntos, le invitamos a que lo haga.

Tome en cuenta que como padre usted puede ser mejor, para ello le presentamos **algunas características deseables:**

- Comprensivo. Implica escuchar, ponerse en el lugar del otro, saber comunicarse.
- Negociador. Es flexible, toma en cuenta al otro, llega a acuerdos.
- Argumenta sus razones, convence y no se impone.
- Asume su papel como padre; es decir, pone límites y busca el bienestar de los suyos.
- Impulsa la autonomía de su hijo permitiéndole tomar sus propias decisiones.
- Es firme en sus decisiones, sin llegar a la rigidez; pero tampoco tan flexible que caiga en la permisividad.

Usted puede ubicar más cualidades y limitantes e ir trabajando en las primeras.

La familia y el adolescente

En muchas ocasiones, durante la adolescencia la familia enfrenta momentos difíciles y de mayor estrés debido a la rebeldía, inconformidad y confrontación que puede presentarse con los hijos. Las preocupaciones de los padres se centran con frecuencia en la conducta del hijo, en el tipo de amigos que tiene y en el consumo de alcohol y drogas (Menéndez Benavente, 2004).



Padres e hijo

<http://3.bp.blogspot.com/L-7keyc8XQY/ScI-0-A31uI/AAAAAAAAAC4/RbplGNW4DwY/s320/problemas-de-familia-en-la-adolescencia.jpg>

Algunos factores que influyen negativamente en la relación entre padre e hijo, son la poca o nula comunicación, la falta de interés por lo que le ocurre al otro, los malos entendidos, el poco tiempo dedicado a la convivencia, la ausencia de los padres por cuestiones laborales, la falta de entendimiento de los padres respecto al lenguaje de los hijos, el avance tecnológico en el que están inmersos los jóvenes, entre otros aspectos.

Entre otras situaciones que puede ocasionar una disfunción familiar se encuentran: el que los padres lleguen a vivir distanciados de los hijos, o bien preocupados o angustiados, debido a algún comportamiento negativo del hijo; las actitudes violentas, tanto verbal como físicamente por parte de los padres, debido a la falta de comprensión y acercamiento a sus hijos.

Es por ello que resulta muy importante el papel de la familia en el desarrollo de los hijos y en este caso de su hijo adolescente y sobre todo tomar en cuenta las formas como se relaciona con su hijo.

Factores que influyen en el desarrollo del adolescente

La motivación. Es el interés por realizar alguna cosa; ésta puede ser interna o externa. La interna tiene que ver con lo que uno decide hacer y el gusto por hacerlo; es encontrarle sentido al hacer algo. La externa está orientada por estímulos externos, es decir, por las sugerencias de otros o por las recompensas que se recibirán.

Es importante que estimule **la motivación** de sus hijos y que compartan algunas metas, ¡aunque, recuerde!, lo importante es impulsar la autonomía de los jóvenes, por lo que le presentamos algunas sugerencias.

Sugerencias para impulsar la motivación de su hijo:

- Para que su hijo tenga motivos para salir adelante, es importante que reconozca sus cualidades. Los jóvenes piden que se les ponga atención, se les escuche y no se les haga a un lado.
- Apóyelo en sus iniciativas, en probarse para confirmar que sí lo puede hacer, ello le motivará.
- Sea realista, no le lleve la corriente en cosas que van a ser imposibles de que realice, aunque esté motivado. Hágale saber que usted lo quiere por quien es.
- Cuando esté a punto de enojarse, piense, dele tiempo, cuente hasta diez y hable con su hijo cuando usted se encuentre más calmado. Trate de ser tolerante, evite actitudes impertinentes. No se enganche con él, ni pierda la paciencia; evite que lo saque de sus “casillas”.
- Hágale ver a su hijo la importancia de que se esfuerce por conseguir las cosas y de que si es constante y disciplinado logrará lo que se propone.

Los hijos aprenden y hacen lo que ven en casa. Si usted es tolerante, sabe admitir que gana y pierde, respeta a su pareja, acepta la diferencia, la forma de pensar de otros aunque no coincida con la suya; asume los éxitos y fracasos, muestra su optimismo ante situaciones difíciles, su hijo lo aprenderá. Aceptar que se cometen errores es de gran valor y le ayudará para trabajar en función de lo que quiere (motivos).

En ese deseo y motivos para actuar, es necesario tomar en cuenta algunos factores que se juegan en la motivación, los puede consultar en la siguiente dirección: <http://ticsyformacion.com/2011/04/04/los-secretos-de-la-motivacion-infografia-infographic/>

La autoestima es otro factor que usted debe tomar en cuenta, ésta consiste en un juicio de valor que se otorga la persona a sí misma. Surge de la valoración y análisis que se realiza en función de la aceptación propia, queriéndonos, siendo tolerantes con nosotros mismos y apreciándonos como seres valiosos, con nuestras cualidades y defectos.

Aceptarnos tal como somos, nos da la posibilidad de mejorar día con día, superar los defectos y salir adelante. No se trata de erradicar sentimientos como el enojo, la agresión o la frustración, sino de saber canalizarlos y manejarlos en situaciones adecuadas.

La autoestima se va desarrollando desde las primeras etapas de vida del individuo, sin embargo, no todos logran tener una autoestima positiva. Asimismo, llega a haber personas con una valoración negativa o que se sobrevaloran, cuestión que daña a la persona y su relación con los demás.

Desarrollar la autoestima en los adolescentes implica aceptarlos y depositar la confianza en ellos para que se sientan capaces de hacer las cosas y tomar sus propias decisiones.

La confianza y seguridad tiene que ver con el amor incondicional de los padres. Esto le ayuda al hijo para que desarrolle ciertas habilidades, sea capaz de adaptarse al medio y resolver sus problemas, haciendo frente a la vida.

Recuerde que la autoestima se va desarrollando desde la infancia. Sin embargo, la adolescencia es una etapa importante para impulsar la autoestima de su hijo, no desaproveche esta oportunidad.

Fijar límites. Surge la pregunta ¿qué es un límite?, en términos generales un límite es hasta dónde podemos llegar. Los países tienen sus límites físicos, los atletas corren a un límite de velocidad, las personas trabajan hasta cierto límite, es así como todas las cosas, situaciones y personas tienen o presentan límites.

https://encrypted-tbn0.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcSW7N9mJqdW1z5NB5bpSnd92GRp7icr9fr-fDpEaSOtroMblcgU_g



Para no convertir a los hijos en tiranos y egoístas, es necesario que los padres sepan decir “no” cuando la situación lo amerite. De lo contrario, cuando socialicen en otros ámbitos, los hijos se enfrentarán a la incapacidad de aceptar las reglas y límites y experimentarán frustración, lo que afectará su personalidad y a los que lo rodean.

El establecimiento de los límites debe realizarse en forma permanente y firme, con el objetivo de que los adolescentes perciban que sus padres se preocupan por ellos. En ocasiones los jóvenes requieren que los padres les digan: “No, no puedes estar jugando videojuegos todo el día o ir al cine con ese grupo de muchachos”.

Es conveniente que para establecer las reglas, ambos padres lleguen a un acuerdo, ya que si uno dice una cosa y otro lo contrario, esto afectará al hijo. Conviene hacerle ver al joven que puede participar en fijar sus propias reglas, es decir, las puede negociar con los padres, pero que debe acatar las mismas y cumplirlas.

Cada familia tiene su propia dinámica, sus valores y sus normas; como padres sabrán en qué aspectos poner límites (salidas a fiestas, asistencia a lugares de diversión, horarios, etc.) y ponerse de acuerdo con su hijo. Para cada etapa, hay límites acordes a las mismas, no es lo mismo un adolescente de 14 años a un joven de 20.

Algo más sobre límites. Puede consultar más información sobre: ¿Por qué es importante poner límites? En la siguiente liga:

<http://www.slideshare.net/UNITECMexico/por-qu-es-importante-poner-lmites>

La comunicación con su hija(o)

La comunicación como proceso dinámico e integral, está en constante retroalimentación; es decir, se emite un mensaje y se recibe una respuesta.

A pesar de la resistencia de los jóvenes, a éstos les gusta que sus padres se comuniquen con ellos. Si salen fuera de casa, no dude en preguntar a dónde van a ir y con quién; el vínculo que tenga con su hijos ayudará a que corran menos riesgos y evitarán vivir experiencias desagradables relacionadas con el abuso de drogas, alcohol, enfermedades de transmisión sexual, embarazos a corta edad, delincuencia o violencia.

Tome en cuenta que los adolescentes de hoy son muy distintos a los de hace algunos años; por ejemplo, su lenguaje y forma de comunicación es diferente a la

de los adultos; hacen uso de las redes sociales y se la pasan con su celular en mano.

Es importante que no invada su privacidad, ni incursione en sus cosas si no se lo autoriza; mejor desarrolle la confianza en él para que le platique lo que le pasa.

Escuche. La escucha implica no interrumpir al que habla y tener una actitud receptiva, ¡piense lo que le va a decir a su hijo! no lo hostigue con consejos, dele sólo puntos de vista y opiniones. A los jóvenes les molesta que los estén sermoneando y que les digan lo que tienen que hacer.

Un aspecto más en la comunicación con su hijo es la creación de espacios para hablar con él. Busque el lugar y momento adecuado. Elija actividades en familia, son una buena oportunidad para convivir y conocerse más.

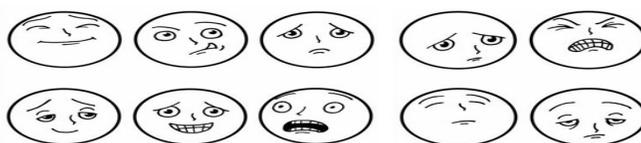


Padres hablando con sus hijos.

http://2.bp.blogspot.com/OxDPBX4lAxI/UApSjnBH_eI/AAAAAAAAAGWQ/GwRqBH7b93M/s1600/familia.jpg

En la comunicación es importante que se ponga en el lugar del otro y que exprese con claridad lo que quiere comunicar. Recuerde que no sólo la palabra constituye un lenguaje, también está el de tipo corporal y gestual. A veces uno expresa una idea con palabras y comunica otra cosa con la expresión (los gestos, las manos, el cuerpo, los tonos de voz).

Recuerde: el cuerpo y los gestos dicen más que mil palabras y pueden tener una interpretación, por ejemplo el sentarse con las piernas y brazos cruzados refleja inseguridad y supone que se pone una barrera con la persona o grupo con el que se está; o bien si se sienta al borde de la silla, es señal de querer irse pronto; o el sentarse con los brazos tras la nuca, denota seguridad y superioridad; el tocarse la nariz, denota mentir; el morderse las uñas, nerviosismo; frotar los ojos, duda; mirar de frente, seguridad, etc. Las palabras transmiten el 7% del mensaje; el tono de voz del 20% al 30% y el lenguaje corporal el 60% al 80%.



<http://4.bp.blogspot.com/-WlvyfxGiCe4/UTzUqrsKRuI/AAAAAAAAAI/c7OVWF4QGoA/s1600/3-Luis-S-Gestos.jpg>

A continuación le invitamos a que reflexione en algunas actitudes que constituyen una barrera para la comunicación, evítelas si quiere construir un ambiente positivo.

Actitudes que obstruyen la comunicación:

- Culpar y condenar sin preguntar previamente. Ejemplo: ¿Por qué tomaste el dinero de la mesa?
- Recordar y reprochar cosas que hace ya tiempo sucedieron. Por ejemplo: cuando la madre le dice a su hijo de 18 años que por su flojera, reprobó en la secundaria seis materias.
- Hacer juicios de valor, etiquetar a las personas y suponer que las cosas son como creemos sin contar con mayor información: “ese amigo que tienes es muy confianzudo, mejor no lo invites a tu fiesta”; “no te conviene juntarte con amigos que tengan perforaciones, seguro son delincuentes”.
- Comunicarse en un ambiente no deseable, en un lugar con ruido, incómodo, con personas ajenas.
- Iniciar el diálogo con reproches, sermones y regaños: “¡te dije que llegaras temprano! por eso ya no te dejaré ir con tu amiga a su casa”.
- Iniciar la conversación dando consejos y mandatos, sin dar oportunidad a que la otra persona comente lo que piensa. Por ejemplo: Te digo que ese amigo no te conviene, ¡ya no lo veas!
- No dar importancia a lo que dicen los hijos. Minimizar las situaciones y lo que dice el otro; eludir a la otra persona con la que supuestamente se está hablando. Ejemplo: El padre le dice al hijo: “los tuyos realmente no son problemas, ¿por qué haces una tormenta en un vaso de agua?, problemas los míos”.

- Mantener una actitud indiferente y silenciosa ante nuestro interlocutor o bien mantenerse sólo observando o callado.

Estos obstáculos se pueden evitar si se parte de una actitud abierta y respetuosa, para ello le presentamos algunos Tips:

Tips para mantener una buena comunicación:

- Muestre interés por las cosas de su hijo, sin meterse demasiado en éstas.
- Conozca con quién habla, ubique sus intereses y necesidades.
- Deje claro que aunque cada quien piense diferente, tiene derecho a opinar.
- Pregunte de manera tranquila, platiquen de sus diferencias, ubicando los pros, contras y consecuencias.
- Tenga en cuenta la brecha generacional entre usted y su hijo y por lo tanto que los intereses son distintos.
- Cuando hablen, no le dé el avión, ellos lo detectan. Que su interés sea genuino.

Si pone en práctica algunas de las sugerencias, su comunicación será más efectiva y se dará oportunidad de conocer más a su hijo y poder entender su forma de pensar. Las siguientes preguntas le ayudarán a ubicar el tipo de comunicación que tiene con su hijo. ¿Cuántas de ellas puede responder?:

¿Qué temas le interesan a su hijo?

¿Qué materia de la escuela le gusta más?

¿Cómo son sus profesores?

¿Qué cantante o actor le gusta más?

¿Lo incluye en las pláticas de la familia?

¿Le platica experiencias de lo que usted vivió?

El entorno o ambiente familiar

Son las condiciones o la forma como se establecen las relaciones entre los integrantes de la familia: entre mayor comunicación y armonía exista, el ambiente será positivo para el desarrollo de sus integrantes, lo que repercute en los hijos, sobre todo en el adolescente, quien está atravesando por un proceso de reelaboraciones profundas y rápidas de su identidad.

Hay familias que por el contrario, forman un ambiente familiar negativo, pelean o discuten constantemente y caen en un círculo de violencia, lo que origina un entorno hostil que afecta a los hijos.

También existen entornos mixtos, donde el ambiente es a veces positivo y otras negativo. Si hay conocimiento de esta situación, los padres tendrán mayor posibilidad de encauzar a sus hijos hacia un buen entorno.

En no pocas ocasiones, la violencia prevalece en el ambiente familiar y esto perjudica a la familia y en el caso de los hijos son quienes sufren los efectos de este ambiente negativo. Le invitamos a obtener mayor información en la siguiente liga: <http://vidasinviolencia.inmujeres.gob.mx/?q=node/33>

A veces no es tan fácil, formar un entorno positivo familiar, debido a las diversas formas de ser, a intereses opuestos, a la educación que se recibe y a otros factores más; sin embargo, es posible crear un buen ambiente si se desea, para ello es necesario tener una actitud positiva.



Ambiente familiar

<http://www.estudiohispanico.com/gfx/general/accomm3.jpg>



¿Cómo se construye un buen entorno familiar?

Para que se construya un buen entorno familiar le invitamos a que reflexione sobre los siguientes aspectos y que los tome en cuenta en la relación con su hijo:

- **Manifiéstele amor con acciones, palabras y abrazos; él se sentirá aceptado y seguro.** Muestre interés en sus cosas, pregúntele cómo se siente, felicítelo cuando la ocasión lo amerite, sea tolerante y comprensivo. Si no acostumbra mostrar su afecto, piense a qué se debe, puede intentarlo poco a poco. Si es su hijo el que no le permite acercarse, dele su tiempo, respete su decisión y dígaselo con palabras.

➤ **No condicione el amor** para que su hijo haga lo que usted quiere, pero tampoco se vaya al extremo de solaparlo o justificarlo, ponga límites.

➤ **Es importante que como padres estén de acuerdo en la toma de decisiones frente a su hijo.** Si uno dice una cosa y otro la rebate, esto repercute en el muchacho más de lo que piensa, ya que buscará la manera de acudir con alguno de los padres según sus intereses.



Familia en un entorno positivo

<https://encrypted-tbn0.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcQDsr1Di80Sf-lamQsGwX38PdEIQMzj2wwyxGm9wa46c wdLms55>

➤ **Aplique su autoridad con argumentos;** es decir, presénteles razones de los inconvenientes o convenientes de hacer las cosas de tal o cual forma. Recuérdele que en la escuela y en el ámbito laboral siempre hay una autoridad para que puedan funcionar las cosas.

Autoridad con argumentos: Amalia, no puedes ir a la fiesta porque sería muy noche y no podemos ir por ti en esta ocasión, además no conocemos a tus nuevos amigos y estaríamos preocupados.

Autoridad sin argumentos: Amalia, de ninguna manera puedes ir a la fiesta. Ya lo decidí, punto.

➤ **No trate de imponer por imponer,** sino de guiar y educar como padre o madre de familia. Por ejemplo: si le dice a su hijo que haga la tarea y este no hace caso, hágale ver que es una forma de repasar lo que le enseñaron en clase, si no la hace traerá consecuencias negativas. Argúmentele que su papel es estudiar y cumplir con lo que le dejan.

- No olvide que **la función de la familia consiste en procurar el bienestar de sus integrantes**; en ese sentido, es importante trabajar para lograrlo. Le invitamos a que reflexione sobre su forma de pensar y actuar en relación con sus hijos y su compañera (o).
- El **buen trato a su pareja y a los miembros de su familia**. El respeto y la escucha son importantes para crear ese clima positivo. Antes de hacer una crítica, piense en cómo la va a decir y los tonos que utiliza. No caiga en el perfeccionamiento, ni tampoco en la apatía. Por ejemplo, no es lo mismo que el padre se dirija al hijo de la siguiente manera: “¡Oye! no seas flojo, siempre es lo mismo contigo, nunca llegarás a nada”; a decirle: “hijo, recuerda que debes recoger tu recámara, en esta casa todos tenemos obligaciones y necesitamos ayudarnos”.
- Disfruten los **momentos de convivencia**, destinen tiempo para compartir, comunicarse y conocerse. Recuerde, siempre hay algo que aprender de los demás y los hijos también enseñan. Evite distractores como la televisión, la música, el celular o el periódico cuando esté con sus hijos.
- Como padre de un adolescente enfrenta situaciones que no son fáciles, sin embargo, usted cuenta con su experiencia, conocimientos y capacidad de **analizar y reflexionar** en lo que hace para cambiar situaciones que perjudiquen a la familia.
- **El ejemplo de los padres vale por mil palabras**, si dice una cosa y hace otra va a resultar contraproducente; en cambio si predica con el ejemplo, su adolescente se sentirá seguro, adquirirá confianza en sí mismo, será capaz de expresarle sus sentimientos y temores, y sobre todo, fomentará la confianza y el amor en la familia.

Los beneficios al crear un buen entorno familiar son muchos. Como verá, es cuestión de actitud, trabajo y constancia.

Formas de relación con los hijos



La familia juega un rol importante para el desarrollo del adolescente, razón por la cual es necesario que al relacionarse con él tome en consideración las siguientes sugerencias:

Padre e hijo buscando dialogar

https://encryptedtbn1.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcQ5awHQU5x2ykPx_bMeROosdkSw5B02xE8EE1euUVQSiC7clE5

Sugerencias:

- Es importante que conozca cuáles son sus intereses, qué le preocupa, qué piensa y cómo se siente.
- Negocien y lleguen a acuerdos.
- Reconozca sus cualidades y sea tolerante con sus defectos. ¡Ayúdelo a mejorar y crecer como persona!
- Demuéstrele con hechos y acciones que lo quiere y le preocupa lo que le llegue a pasar o le pase.
- Dedíquele tiempo.
- Reconózcale sus aciertos y hágase los saber. Esto le ayudará a tener confianza en sí mismo.



Madre comunicándose con su hija.

<http://udep.edu.pe/icf/wp-content/uploads/2010/01/alumnas-sonriendo.jpg>

- Plantee las reglas del juego y sosténgase en sus decisiones. Especifique a su hijo los límites respecto a su comportamiento, que sean claros y razonables, esto le ayuda a su equilibrio emocional y desarrollo psicológico. Por ejemplo: si no hizo la tarea y le dijo que entonces no podría salir con sus amigos, ¡cúmplaselo!.
- Tenga cuidado con lo que hace y dice, ya que su hijo está atento a ello e influye en su comportamiento y personalidad.
- Ser responsables. Usted puede ayudar a su hijo a que adquiera el sentido de responsabilidad: asígnele labores, hágale ver la importancia de que todos los miembros de la familia colaboren; invítelo a que participe en las

actividades de casa y sobre todo, argumente sobre los beneficios que obtendrán.

- Dele oportunidad de tomar sus propias decisiones y que aprenda de sus errores, siempre y cuando no esté en riesgo su integridad física y moral. Por ejemplo, si decide no lavar su ropa, que asuma que no va a poder cambiarse de ropa.
- Brinde respeto. El respeto es una actitud de aceptación frente a los intereses y sentimientos de otra persona, es decir, entender y aceptar puntos de vista aunque no se compartan. Recuerde, cada persona tiene un valor y un fin en sí mismo y su hijo está conformando su forma de ser.
- No magnifique o exagere los errores de su hijo y piense antes de violentarse. Cálmese y hablen para ubicar el problema.

Su hijo necesita ser apoyado, comprendido, ¡pero recuerde!, **también necesita de límites y responsabilidades.**

Tome en cuenta que lo que se le presentan son sugerencias. La realidad le puede rebasar, sin embargo, es importante que cuente con información, le puede ser de gran ayuda.

Situaciones que se pueden convertir en conflicto

Estimado padre, sabemos que no es fácil asumir este rol, que habrá situaciones que le rebasen y que le lleven al límite de su prudencia. ¡Recuerde!, cada familia es diferente y la conducta de los adolescentes varía dependiendo del contexto, aunque hay características y comportamientos comunes.

Seguramente habrá momentos en que no sepa qué hacer o cómo actuar. Reflexione y retome su experiencia, coméntelo con su pareja, con los miembros de su familia, platique e infórmese.

A continuación le presentamos algunas de las conductas de los padres que más les desagradan a los adolescentes y otras que se pueden convertirse en conflicto:

Situaciones molestas para los jóvenes:

- Ser tratado como niño o como objeto.
- No tomarlo en cuenta.
- Imponerle sus gustos, sobre todo en la ropa.
- Ocultarle cosas que lo afectan o que de algún modo lo involucran.

- No permitirle tomar sus propias decisiones.
- Callarlo e interrumpirlo.
- Sermonearlo.
- Chantajearlo.
- Descalificarlo y que lo ponga en ridículo ante los demás.
- Pegarle y maltratarle.

Causas que pueden llevar al conflicto:

- Que la habitación del adolescente esté sucia. Busque llegar a convenios.
- Peleas entre hermanos. El padre puede mediar la situación, invitarlos a dialogar y a encontrar el origen del problema, así como sus soluciones.
- Que el adolescente grite o utilice volúmenes altos de voz. Si esto sucede, indíquele que baje el volumen y que no pueden hablar hasta que esta condición se cumpla. Asimismo, es importante que usted ponga el ejemplo y no recurra a los gritos.
- El uso excesivo de la computadora, los dispositivos móviles o los videojuegos. Es conveniente restringirlos y establecer periodos de uso.
- Despertar al hijo(a). Cómprele un despertador y fomente que se haga responsable de sus acciones.
- El temor a que salga solo. Es un proceso normal el que los hijos quieran separarse de los padres y adquirir independencia.
- No mantenerse firme en sus decisiones. Si le dice sí, aceptarlo y no retractarse, y viceversa.
- Aspectos relacionados con la vida del adolescente, como el hecho de tener novio o tener relaciones sexuales. Hable con su hijo(a) de este tema con base en sus inquietudes.
- Si el hijo(a) llega ebrio a casa, platique con él o ella al día siguiente. Si es la primera vez, indague las razones por las cuales bebió sin control y hágale ver los efectos de esta conducta. Si es una conducta repetitiva, platique con él sobre este problema; busquen la causa que lo origina y si lo considera necesario pidan ayuda profesional.

Usted podrá encontrar alternativas para cada situación que resulten benéficas tanto para su hijo como para usted, y así evitar conflictos.

Influencia del entorno social y escolar

Un tema más en el que tiene que ver la familia, son los entornos. **El entorno social.** Es el conjunto de circunstancias tanto físicas, geográficas y culturales en la que se inserta una persona. En el caso de los adolescentes, como individuos viven en un contexto con determinadas condiciones de vida en las que tiene que ver lo económico, la escolaridad, los valores de la familia, los medios de comunicación, los amigos, entre otros aspectos.

En el entorno, las personas se interrelacionan unas con otras, compartiendo actividades y tiempo. En esa interacción se ubica el trato con los vecinos, parientes, familias y grupos de jóvenes en el caso de los adolescentes.

“El entorno social se va conformando y afirmando desde la infancia”, en esa relación con los amigos, vecinos, escuela, etc. La vinculación con el entorno social se da por medio de las relaciones personales y en la actualidad a través de los medios de comunicación, principalmente usando las redes sociales (*Facebook*, *Twitter*, *WhatsApp*, etc.).

Los medios de comunicación han cobrado mayor importancia en las últimas décadas, debido al avance de la tecnología. Es a través de los medios que recibimos información de lo que pasa en nuestro entorno; considere que existen diferentes formas y enfoques al presentar la información.



1. Jóvenes recostados en el pasto.

[http://3.bp.blogspot.com/-HrtUS6UXSUQ/UBMTyIDFXNI/AAAAAAAAABRU/zspNAxQk0sA/s320/Intercambio+Juvenil julio+2012_05.JPG](http://3.bp.blogspot.com/-HrtUS6UXSUQ/UBMTyIDFXNI/AAAAAAAAABRU/zspNAxQk0sA/s320/Intercambio+Juvenil+julio+2012_05.JPG)

2. Jóvenes conviviendo. https://encrypted-tbn3.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcSlnF5wQ5s4PLDIGWSm_qi-l8NSTAmPy_RnV5fSRJ01omWA3Jf5

3. Grupo de adolescentes. http://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/thumb/4/48/Grupo_....jpg/300px-Grupo_....jpg

En la construcción del entorno positivo, es de gran ayuda elegir y ver programas culturales que permitan la reflexión, análisis y que promuevan el desarrollo personal, que ayuden al joven a desarrollarse sanamente. A continuación le sugerimos algunos **tips para elegir un buen programa televisivo**.

Que:

- Sea divertido.
- Invite a la reflexión.
- Evite escenas violentas.
- No promueva la discriminación ni la violencia de ningún tipo.
- La información que presente esté apegada a los hechos.
- Contribuya a elevar su nivel cultural.
- Difunda las costumbres del país y sus tradiciones.
- Fortalezca la comunicación con la familia.

Cómo verá, existe una gama de alternativas como: Canal Once, TV UNAM, y Canal 22. Usted puede encontrar más.

Considere que en el ambiente social hay factores perjudiciales para las familias, como: violencia, inseguridad, adicciones, publicidad que invita al consumo desmedido y que lleva a adoptar modelos de belleza alejados de la realidad o a alcanzar ideales que no existen y que causan frustración.

Es necesario que tome en cuenta que su hijo necesita de usted y un buen paso es mantener una estrecha comunicación con él o ella.

Recuerde, los jóvenes quieren probarse a sí mismos y muchas veces no miden los riesgos de su entorno social.

Para reforzar un **ambiente social positivo** en su familia, le recomendamos:

- ❖ Conozca a los amigos de su hijo, trátelos para que ubique quiénes son y qué piensan.
- ❖ Sepa dónde está su hijo, vislumbre los posibles riesgos y si acude a alguna fiesta, pase a recogerlo, o bien definan un horario de llegada.



J

v

Jóvenes enes conviviendo.

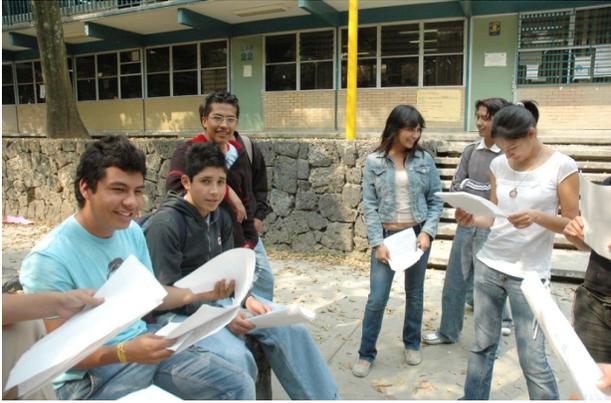
http://fotos.eluniversal.com.mx/web_img/fotogaleria/010tribus_urbanas_8.JPG

- ❖ El estudio, el deporte, la música y la sana diversión son aspectos que puede impulsar en su hijo, creando un entorno apropiado para su desarrollo.
- ❖ Recuerde, tanto en los planteles del Colegio como en los campus universitarios (Ciudad Universitaria, Iztacala, Zaragoza, Acatlán y Cuautitlán) se programan actividades culturales a las que su hijo puede asistir: cine, teatro, visitas a museos, entre muchas más.

Como verá, existen muchas alternativas para conformar un entorno positivo.



Y para usted, ¿qué tan importante es el entorno social?, ¿cómo es su entorno?



Entorno escolar. La familia y los hijos se vinculan con la escuela y sus diversas prácticas educativas, ello como continuación de la formación y desarrollo académico y personal de los pupilos; de ahí la importancia de tomar en cuenta algunos factores.

Foto: Secretaría de Comunicación Institucional. DGCHH

Algunas recomendaciones que le permiten un **entorno positivo en la escuela:**

- Manténgase al tanto del desarrollo académico de su hijo, para ello, acérquese a su tutor, consulte su historial académico, platique con su hijo.
- Conozca a los amigos de su hijo, así como sus intereses y gustos.
- Apoye y oriente a su hijo en sus actividades académicas, de esta manera le encontrará sentido a lo que hace. MotíVELO para que aprenda y se esfuerce por no reprobar ninguna materia.
- Escúchelo en caso de que tenga algún problema escolar y busquen juntos alternativas de solución.
- Establezcan un horario para las diversas actividades de su hijo; recuerde que también influye la disciplina, constancia, dedicación, las condiciones de estudio, y la forma de organizarse para abordar las diversas asignaturas.

Los padres constituyen un apoyo e impulso en el desarrollo escolar de los jóvenes, de ahí la importancia de estar al tanto de sus estudios y de su comportamiento para que logren con éxito su meta.

Factores y conductas de riesgo

Otro aspecto importante y necesario, es que la familia tome en cuenta ciertos factores y conductas de riesgo que afectan las relaciones familiares (Garbarino, 2015).

Factores de riesgo son aquellas situaciones, conductas o elementos constitutivos de la persona y las características del contexto, que alteran la vida física y emocional del individuo de manera negativa.

Entre los factores de riesgo podemos citar los siguientes:

- Televisión. Se convierte en un elemento negativo cuando impide la comunicación en la familia, al transmitir constantemente hechos violentos o programas de baja calidad que promueven el sexismo, consumismo y otras conductas nocivas.
- Adicción a las redes sociales. Pueden ser una barrera para que se comuniquen en familia.
- La violencia y tensión en el seno familiar, puede traer como consecuencia baja autoestima en los hijos, sentimiento de minusvalía, culpa, bajo rendimiento, aislamiento social, actitudes violentas, alcoholismo, drogas, entre otros factores.
- Tensiones sociales y económicas por la falta de empleo. En estas situaciones es importante la solidaridad de la familia, buscando estrategias para la solución del problema.
- Ausencia de servicios y apoyos en la comunidad, es decir, falta de espacios de esparcimiento y juego.
- Desvinculación entre la familia y la escuela. Dejar toda la responsabilidad de la educación del individuo a la institución, lo cual puede propiciar que los jóvenes entren en contacto con grupos problemáticos.

Conductas de riesgo. Son las acciones que se realizan de manera desconsiderada y sin pensar y que ponen en riesgo la integridad física y emocional de la persona. Prevenir las implica pensar y analizar si tal situación o acción perjudica o no.

Tome en cuenta que a veces el joven es inducido por su curiosidad y por la necesidad de encontrar y experimentar cosas nuevas, por lo que se expone a riesgos innecesarios. Además, con frecuencia los adolescentes piensan que a ellos no les va a pasar nada y no miden las consecuencias de lo que hacen.

Riesgos:

- Abuso del consumo de sustancias, alcohol, cigarro.
- Relaciones sexuales tempranas y sin protección, lo que trae aumento de embarazos precoces e infecciones de transmisión sexual.
- Actitudes violentas.
- Depresiones.
- Desórdenes alimenticios: anorexia, bulimia.
- Baja autoestima y una autoimagen devaluada acompañada de desesperanza.
- Bullying.

No espere a que su hijo o hija estén en situación de riesgo, puede prevenirlas a tiempo.

Factores de protección

Es necesario que la familia se fortalezca y se prepare como una forma de hacer frente a los peligros del medio ambiente. Le recomendamos tome en cuenta los Factores de Protección:

- Comunicación constante con la familia y su hijo adolescente.
- Promover las manifestaciones amorosas y afectivas entre los integrantes de la familia.
- Que exista disciplina y normas claras.
- Participación de todos los integrantes de la familia.
- Compartir actividades.
- Establecer acuerdos producto del entendimiento y confianza.
- Seleccionar programación televisiva que reditúe en el bienestar de todos los miembros (puede orientar a su hijo a elegir programas culturales, deportivos, educativos y de entretenimiento que permitan la reflexión y el análisis).
- Practicar acciones que permitan un desarrollo positivo emocional de los jóvenes, como actividades culturales, recreativas y deportivas. Acudir a centros deportivos y casas de cultura.
- Tomar en cuenta la experiencia de los padres y de adultos funcionales, abuelos, tíos, maestros, tutores, asesores, entre otros.
- Establecer comunicación con las amistades y los vecinos, éstos pueden constituir verdaderas redes de apoyo.
- Vincularse con la escuela, ya que es el espacio donde se prolonga la educación e instrucción, por lo que es necesario mantener una comunicación estrecha.

¿Qué opina de los factores de riesgo y protección? Desde su punto de vista, ¿es posible evitar los primeros e impulsar los segundos?

Sabemos que hay mucho todavía por abordar, sin embargo, le invitamos a que continúe informándose a través de lecturas complementarias, pero sobre todo, a que ponga en práctica acciones y actitudes que contribuyan a crear un ambiente saludable en su familia.

BIBLIOGRAFÍA

Libros

Ariza, M., Oliveira, O. (2004). *Imágenes de la familia en el cambio de siglo*. Instituto de Investigaciones Sociales. UNAM. México.

Faber, A., Mazlish, E. (2010) *¿Cómo hablar para que los niños escuchen y cómo escuchar para que los niños hablen?* Diana. México.

Funes, J. 9 Ideas clave. (2010) *Educación en la adolescencia*. Graó. México.

Golombok., S., (2006) *Modelos de familia. ¿Qué es lo que de verdad cuenta?* Grao. Barcelona, España.

Hunermann, P., Eckholt, M. (1998). *La juventud latinoamericana en los procesos de globalización*. Opción por los jóvenes. Eudeba. Buenos Aires.

Pau, V. (2009). *Entenderse con adolescentes. Tú me importas*. Graó. Barcelona, España.

Prado, E., Amayda, J. (2012) *Padres obedientes, hijos tiranos. Una generación preocupada por ser amigos y que olvidan ser padres*. Trillas. México.

Rodrigo, J.M., Palacios, J. (2008) *Familia y desarrollo humano*. Psicología y Educación. Alianza Editorial. Madrid, España.

Salama, H., (2008) *Ponle oreja a tu pareja. ¿Cómo triunfar en pareja...sin ahogarse en un vaso con agua*. Diana. México.

Bibliografía Electrónica

Ávila., J., Et. Al., (Mayo 2013) *Población Estudiantil del CCH, ingreso, tránsito y egreso. Trayectoria escolar: siete generaciones 2006-2012*. Recuperado de www.cch.unam.mx/sites/default/files/PoblacionEstudiantilDelCCH.pdf

BabyCenter. (2010) *Diez maneras de aumentar la autoestima de tu hijo*. Recuperado de: <http://espanol.babycenter.com/a10900109/diez-maneras-de-aumentar-la-autoestima-de-tu-hijo-#ixzz2UWnnF7wv> (Mayo 2013).

Biblioteca Digital. *La Familia y la Escuela*. Recuperado de <http://biblioteca-digital.ucentral.cl/documentos/tesis/semfel/LA%20FAMILIA%20Y%20LA%20ESCUELA.htm> (Abril 2013).

Bolívar., A. (2006) *Familia y escuela: dos mundos llamados a trabajar en común*. España. Recuperado de http://www.revistaeducacion.mec.es/re339/re339_08.pdf (Abril 2013).

Copyright Recursos para la Vida (2013). Información para padres. *Como Proteger a mi Familia*. Recuperado de <http://www.prevenissste.gob.mx/Default.aspx?tabid=5491#padres2> (Mayo 2013).

Definición de familia, significado y concepto. Recuperado de <http://definicion.de/familia/> (Abril. 2013).

Definiciones *¿Qué es el respeto?* Recuperado de <http://www.misrespuestas.com/que-es-el-respeto.html>. (Mayo 31, 2013).

Departamento de Educación de los Estados Unidos. Oficina de Asuntos Intergubernamentales e Inteligencia. *Adolescentes*. (s/f) *Guía para padres y madres. Cómo ayudar a su hijo durante los primeros años de la adolescencia*. Recuperado de www.asturias.es/Asturias/ARTICULOS/adolescentes-guía.pdf. (Mayo 2013).

García, A. (2000) *La participación de los padres de familia en educación, siglo XIX y XX*. Recuperado de http://biblioweb.tic.unam.mx/diccionario/htm/articulos/sec_9.htm. (Abril 2013)

Guía Juvenil. *Guía para padres e hijos adolescentes*. Recuperado de <http://guiajuvenil.com/padres/index.php> (Mayo 2013).

INEGI. (2007) *Estadísticas a propósito del día de la familia mexicana. Datos nacionales*. Recuperado de www.inegi.org.mx (Mayo 2013).

La autoestima y la confianza de los adolescentes. Recuperado de <http://guiajuvenil.com/hijos/la-autoestima-y-la-confianza-de-los-adolescentes.html>. (27 mayo 2013).

ONU. (1948) Art. 16. *Declaración Universal de los Derechos Humanos* . Recuperado de <http://www.filosofia.org/cod/c1948dhu.htm> (21 de febrero de 2012).

Pérez, R. (2001) *Vinculación y desvinculación e las familias. El problema de la exclusión de miembros*. Recuperado de http://www.apadeshi.org.ar/vinculacion_y_desvinculacion.htm. (Abril 2013).

Rabell, C. (Agosto 2011) *Analizan cambios en las familias mexicanas*. Investigadora del Instituto de Investigaciones Sociales (IIS) de la Universidad Nacional Autónoma de México. El Universal. Recuperado de <http://www.eluniversal.com.mx/cultura/66045.html> (Mayo 2013).

Saavedra., J. (2010). *Familia: tipos y modos*. Recuperado de <http://www.monografias.com/trabajos26/tipos-familia/tipos-familia.shtml> (Abril 2013)

s/a (2005) *Cómo apoyar a un hijo adolescente: sugerencias para los padres* . Recuperado de <http://ncfy.acf.hhs.gov/book/export/html/172> (Mayo 2013).

Talcott, P. (2009, 11). *La Gran Teoría De Talcott Parsons*. BuenasTareas.com. de Recuperado de <http://www.buenastareas.com/ensayos/La-Gran-Teoria-De-Talcott-Parsons/39938.html> (Mayo, 2013).

Vargas., E., Aguilar., J. Asociación Oaxaqueña en Psicología A.C. (2008, 02) *Problemas más comunes entre padres y adolescentes*. Recuperado de <http://www.conductitlan.net/problemas%20comunes.htm> . (Mayo 2013).

Fotos e imágenes

Adolescente_con_su_padre_preocupado_detras.jpg. Recuperado en septiembre 2013, de [TPUjg0QzDYI/AAAAAAAAACA/G4DTZCzi7aQ/s400/adolescente_con_su_padre_preocupado_detras.jpg](http://www.tpujg0QzDYI/AAAAAAAAACA/G4DTZCzi7aQ/s400/adolescente_con_su_padre_preocupado_detras.jpg)

Bienvenido a la familia. (9 agosto 2012). Recuperado en octubre 2013 de <http://blogs.oregonstate.edu/espanol/2012/08/09/bienvenido-a-la-familia/>

El docente y su formación. Cuadros. Recuperado en septiembre 2013, de <http://www.monografias.com/trabajos50/formacion-docente/Image2387.gif>

Escuelas Pías Centro América y el Caribe. ueoscalasanz-5to.jpg. (2012). Recuperado en septiembre 2013, de

<http://calasanzvalencia.files.wordpress.com/2012/10/ueoscalasanz-5to.jpg>

<http://centroamericaribeschp.files.wordpress.com/2013/02/ueoscalasanz-5to.jpg?w=630&h=472>

Estudiantes CCH. Foto Secretaría de Comunicación Institucional. Recuperada en Septiembre 2013.

Exitoso Primer Encuentro de familias...Noviembre 2010. Recuperado de <http://www.radiomitos.cl/magazin/?p=7722>

Familia. Recuperado en septiembre 2013, de <http://2.bp.blogspot.com/-0Jb3iPndkNE/TzWZR1Lftel/AAAAAAAAAcE/IWlxYM-BzkM/s1600/familia60.jpg>

Familia Costarricense. Recuperado en septiembre 2013 de <http://www.estudiohispanico.com/gfx/general/accomm3.jpg>

Familia en un entorno positivo. Recuperado en septiembre 2013, de <https://encrypted-tbn0.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcQDsr1Di80Sf-lamQsGwX38PdEIQMzj2wwyxGm9wa46cwlms55>

Familia unida. Recuperado en enero 2014, de <http://www.fundaciontelevisa.org/mejorenfamilia/wpcontent/uploads/2013/06/familia-protege-alcoholismo.jpg>

Formas de comunicación. (6 marzo 2012). Recuperado en septiembre 2013, de <http://lascosasdecandido.wordpress.com/2012/03/06/formas-de-comunicacion/>

Fotos imágenes.Org Comunicación no verbal. Recuperado en septiembre 2013, de <http://www.fotosimagenes.org/comunicacion-no-verbal>

Fuertes (2007). La influencia del entorno familiar. Recuperado en junio 2013 de <http://www.slideshare.net/modulosai/la-influencia-del-entorno-familiar>

Imagen: Comunicación corporal. Recuperado en enero 2014, de http://4.bp.blogspot.com/-UVH8q_kCQ3Y/Uj9JLk07DhI/AAAAAAAAACTc/QAenD0y_qq4/s1600/62686_366502250126556_1256791070_n.jpg

Imágenes familias mexicanas (siete miembros). Google. 2013. Recuperado en septiembre 2013 de <http://2.bp.blogspot.com/-0Jb3iPndkNE/TzWZR1Lftel/AAAAAAAAAcE/IWlxYM-BzkM/s1600/familia60.jpg>

Jóvenes convivendo. Recuperado en septiembre 2013, de http://1.bp.blogspot.com/_MRD4zuHayUQ/TNvi5IPW5HI/AAAAAAAAAEc/HL6_19eV144/s200/alcol.bmp

Jóvenes sentados en cañón. Recuperado en febrero 2014, de https://encryptedtbn3.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcQk9UnjhzC5DeB6_yQKb9xcTXQw0_4dATli-sQjf9f7A9EGzmcxwA

Jóvenes recostados en el pasto. Jóvenes convivendo. Recuperado en febrero 2014, de

http://3.bp.blogspot.com/HrtUS6UXSUQ/UBMTyIDFXNI/AAAAAAAAABRU/zspNAxQk0sA/s320/Intercambio+Juvenil_julio+2012_05.JPG

Jóvenes convivendo. Recuperado en febrero 2014, de

https://encryptedtbn3.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcSInF5wQ5s4PLDIGWSm_qi-l8NSTAmPy_RnV5fSRJ01omWA3Jf5

Jóvenes jugando con patineta. Recuperado en febrero 2014, de

<https://encryptedtbn2.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcRHpH374hYKrfzd9twG8jdwNIVTIw8LMTnCWWg1KKXprvlvrLHA>

Jóvenes convivendo (tres). Recuperado en febrero 2014, de

<http://2.bp.blogspot.com/LUTtpyfnBV0/ULEldVhtg5I/AAAAAAAAAC4/sryYPD721so/s760/jovenes.png>

La comunicación oral. (9 mayo 2013). Recuperado en septiembre 2013, de <http://communicationem.blogspot.mx/>

La motivación para tener logros. Recuperado en septiembre 2013, de <http://www.monografias.com/trabajos97/motivacion-tener-logros/motivacion-tener-logros.shtml>

Las discusiones de pareja frente a los hijos. (2000) Recuperado en septiembre 2013, de <http://www.nosotros2.com/familia-bebes-y-ninos/021/articulo/4652/las-discusiones-de-pareja-frente-a-los-hijos>

http://images.nosotros2.com/Articulos/new_4652.JPG

Lenguaje corporal.

<http://www.google.com.mx/url?sa=i&rct=j&q=&esrc=s&source=images&cd=&cad=rja&uact=8&docid=BjKtFnqsQnKS-M&tbnid=PCYXMaN6gwsKZM:&ved=0CAYQjRw&url=http%3A%2F%2Fwww.guioteca.com%2Feducacion->

Lenguaje corporal. (24 Octubre 2012). Recuperado en septiembre 2013, de <http://tuyellenguajecorporal.blogspot.mx/> en <http://4.bp.blogspot.com/LsLodfBYChE/UlhFeTjWT3I/AAAAAAAAABw/XJNN9eiY9Zc/s1600/3-Luis-S-Gestos.jpg>

Los dos pilares de la autoestima. Recuperado el septiembre 2013, de <http://www.fullplaza.com/mx/item?pr=11207&desc=LOS%20DOS%20PILARES%20DE%20LA%20AUTOESTIMA>
Madre e hijo. Recuperado en enero 2014, de <http://dynamic.pixton.com/comic/z/w/m/n/zwmn1x244pqtposz.png>

Manos. Recuperado en septiembre 2013, de http://1.bp.blogspot.com/_mJ1cRFGIxdA/S19Im6xk_wl/AAAAAAAAAGM/IHwAm-LqLxI/s400/acogida.jpg

Molina. ¿Por qué es importante poner límites? Recuperado en septiembre 2013, de <http://www.slideshare.net/UNITECMexico/por-qu-es-importante-poner-lmites?nomobile=true>

Molina. Sorprendente. Recuperado en febrero 2014, de <http://www.slideshare.net/UNITECMexico/por-qu-es-importante-poner-lmites?nomobile=true>

Padre hablando con su hijo. Recuperado en enero 2014. De <http://www.abc.es/Media/201303/13/familia-hablando4--644x362.jpg>

Padre e hijo dialogando. Recuperado en septiembre 2013, de https://encrypted-tbn1.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcQ5awHQU5x2ykPx_bMeROosdkSw5B02x8EE1euUVQSlIc7cIE5

Padre y madre platicando con sus hijos. Recuperado en septiembre 2013, en imágenes, de <https://lh3.ggpht.com/l6SynXII9CHxmmWMdzL840PPeTVp6FuWIPuA4RrQQ4D1nz9cBpOhbPQJEO0MFGaN7XubaVE=s105>

Padres platicando con sus hijos. Recuperada en septiembre 2013 de <http://www.parroquiasanjosexalapa.org.mx/wpcontent/uploads/2011/06/Paternidad-4.jpg>

Problemas-de-familia-en-la-adolescencia.jpg. Recuperada en septiembre 2013, de http://3.bp.blogspot.com/_L-7keyc8XQY/ScI-0-A31ul/AAAAAAAAAC4/RbplGNW4DwY/s320/problemas-de-familia-en-la-adolescencia.jpg

Proyecto Aula 11MB. Tribus urbanas. (11 octubre 2012). Recuperado en septiembre 2013, de http://fotos.eluniversal.com.mx/web_img/fotogaleria/010tribus_urbanas_8.JPG

Tics y formación. (4 abril 2011). Recuperado en septiembre 2013, de <http://ticsyformacion.com/2011/04/04/los-secretos-de-la-motivacion-infografia-infographic/>

Tipos de familia y su influencia en el bienestar de los niños. (7 mayo 2013). Recuperado en septiembre 2013 de <http://psicovalencia.files.wordpress.com/2013/05/familias.jpg>

Top: de cosas que molestan a (casi) todo el mundo. (21 sep. 2013) Recuperado en septiembre 2013, de <http://pensamientosdeadolescente-jo-lu.blogspot.mx/2013/09/top-cosas-que-molestan-casi-todo-el.html>

Idem. <http://pensamientosdeadolescente-jo-lu.blogspot.mx/2013/09/top-cosas-que-molestan-casi-todo-el.html>

Yturalde, T. [Talleres familiares para organizaciones socialmente responsables](http://www.talleresfamiliares.com/). Recuperado en septiembre 2013, de <http://www.talleresfamiliares.com/>

Links

¿Cómo saber si vivo violencia familiar? Recuperado en septiembre 2013 <http://vidasinviolencia.inmujeres.gob.mx/?q=node/33>

Guía Juvenil.com (21 marzo 2012). Recuperado en septiembre 2013. Link <http://guiajuvenil.com/hijos/educar-un-hijo-adolescente-independiente-y-autonomo.html>

Nuestros sitios once TV. Recuperado en Sep. 2013. Link <http://oncetv-ipn.net/nuestrossitios.php>

Pedagogía para padres. Hoy: Estilos Educativos. Recuperado en Sep. 2013. Link http://www.youtube.com/watch?v=4xSdC_F9IKQ

Programas televisivos. Recuperado en Sep. 2013. Link http://www.sep.gob.mx/es/sep1/salud_alimentaria#.UmV6jVPiHcA

Poner límites. Power point. Link <http://www.slideshare.net/UNITECMexico/por-que-es-importante-poner-limites?nomobile=true>

¿Qué tipo o estilo de padres eres? Recuperado en septiembre 2013. Link
<http://procraser.blogspot.mx/2010/03/test-que-tipo-o-estilo-de-padre-eres.html>