

3

sesión sesión

4



**ESTILOS
EDUCATIVOS**



JUNTA DE ANDALUCÍA



ESTILOS EDUCATIVOS



JUNTA DE ANDALUCIA
CONSEJERÍA DE SALUD

PROGRAMA de apoyo a madres y padres de adolescentes / [autores, Alfredo Oliva Delgado ... et al.]. -- [Sevilla] : Consejería de Salud, [2007]

1 carpeta (10 cuadernos) ; 29 x 23 cm + 1 CDROM

1. Relaciones padres-hijo 2. Desarrollo del Adolescente 3. Educación I. Oliva Delgado, Alfredo II. Andalucía. Consejería de Salud
WS 105.5.F2
WS 460

AUTORES

Alfredo Oliva Delgado
Victoria Hidalgo García
Dolores Martín Fernández
Águeda Parra Jiménez
Moisés Ríos Bermúdez
Reyes Vallejo Orellana

Departamento de Psicología Evolutiva
y de la Educación
UNIVERSIDAD DE SEVILLA

EDICIÓN

JUNTA DE ANDALUCÍA
Consejería de Salud

DISEÑO + MAQUETACIÓN

Maraña Estudio

IMPRESIÓN

Xxxxxx Xxxxxx


DEPÓSITO LEGAL

xx-xxxxxxxx-xxx



ÍNDICE

Introducción	005
Ideas clave	014
Objetivos generales(Sesión 3)	015
Actividades	017
Actividad 1	020
Actividad 2	024
Actividad 3	027
Actividad 4	030
Objetivos generales(Sesión 4)	031
Actividades	033
Actividad 1	036
Actividad 2	042
Actividad 3	045
Actividad 4	047
Anexos	049
Transparencias	061



INTRODUCCIÓN

Desde hace décadas, la psicología del desarrollo se ha interesado por analizar los patrones de interacción familiar y sus repercusiones sobre el desarrollo de los hijos y las hijas. Con ello intentaba apuntar respuestas a diversas cuestiones importantes: ¿cómo deben actuar los padres y las madres para que sus hijos crezcan de forma saludable y ajustada psicológica y socialmente?, ¿qué deben hacer?, ¿qué no deben hacer?, actualmente, y ya en los albores del siglo XXI, podemos decir que *sabemos bastantes cosas* y que aunque no existen «recetas» mágicas, sí que conocemos algunos de los «ingredientes» que deben estar presentes en las relaciones familiares para que favorezcan el bienestar de todos sus miembros, y en especial de los hijos y las hijas.

LOS ESTILOS EDUCATIVOS: DESCRIPCIÓN DE LA TIPOLOGÍA

Probablemente, uno de los esfuerzos más importantes por analizar qué variables del comportamiento de los progenitores favorecen en mayor medida el bienestar de hijas e hijos ha sido el realizado por diferentes autores a través del constructo de los *Estilos Educativos*. El origen de esta clasificación lo encontramos en los trabajos de Diana Baumrind, que en la década de los 60 del pasado siglo creó una tipología de madres y padres en función del grado de **control y supervisión** que ejercían sobre la conducta de sus hijos e hijas y del **cariño y afecto** que les demostraban (ver transparencia 3.2). Así identificó tres estilos: *Democrático*, *Autoritario*, y *Permisivo*. Las madres y padres democráticos se caracterizaban por elevados niveles de exigencia y afecto hacia sus hijos e hijas. Los autoritarios eran progenitores muy exigentes y poco comunicativos y afectuosos. Finalmente, los permisivos, aún siendo muy cariñosos y comunicativos con sus hijas e hijos, no les ponían límites ni normas (Baumrind, 1968).

Fueron Maccoby y Martín (1983) los que completaron la clasificación de Baumrind añadiendo un cuarto tipo de progenitores al que llamaron *Negligente* o *Indiferente*, y que estaba formado por aquellos que ni eran afectuosos, ni establecían ningún tipo de límite sobre la conducta de hijos e hijas. El modelo final quedó configurado por cuatro estilos de madres y padres en función de dos dimensiones: *afecto/comunicación* y *control/establecimiento de límites* (ver transparencia 3.3).

		Afecto / comunicación	
		Alto	Bajo
Supervisión/ establecimiento de límites	Alto	Democrático	Autoritario
	Bajo	Permisivo	Indiferente

Cuadro 3.1: Representación gráfica de los Estilos Educativos

Si bien ambos aspectos -afecto/comunicación y control/establecimiento de límites- son fundamentales para el correcto desarrollo de hijas e hijos, durante la adolescencia una tercera dimensión cobra especial importancia: el fomento de la autonomía. La adolescencia es una etapa de transición que sitúa a chicos y chicas al inicio de la vida adulta, esto supone que sus madres y padres deben hacer un esfuerzo por mantener la cercanía al mismo tiempo que estimulan su independencia y les animan a crecer de forma autónoma.

LOS ESTILOS EDUCATIVOS Y EL BIENESTAR ADOLESCENTE

Los trabajos que en los últimos años han analizado la relación entre los estilos educativos y el ajuste adolescente han mostrado con bastante contundencia que el estilo democrático es el que favorece en mayor medida el desarrollo de chicos y chicas. Las hijas e hijos de progenitores democráticos presentan niveles más altos de autoestima y de desarrollo moral, manifiestan un mayor interés hacia la escuela, un mejor rendimiento académico y una mayor motivación, consumen con menor frecuencia alcohol y otras drogas, son menos influenciados por el grupo de iguales, y presentan menos problemas de conducta en general. Por el contrario, adolescentes que han crecido en un estilo indiferente tienden a presentar toda una gama de problemas académicos, emocionales y conductuales, debido por un lado a que han carecido de un ambiente cálido y afectuoso, y por otro, a que no han tenido ningún tipo de guía ni control para su comportamiento. En niveles intermedios aparecen los adolescentes hijos e hijas de progenitores autoritarios y permisivos. Los primeros, debido al ambiente familiar excesivamente frío y controlador, aunque pueden ser obedientes y disciplinados y manifestar un buen rendimiento escolar, al menos en un primer momento, presentan más dificultades

● ● ESTILOS EDUCATIVOS

internas, caracterizadas por problemas emocionales, síntomas depresivos y poca confianza en ellos mismos. Es frecuente que cuando el control es muy severo estos chicos y chicas terminen rebelándose ante sus padres, especialmente al principio de la adolescencia, momento en el que suelen buscar una mayor libertad y autonomía mientras que sus padres y madres intentan seguir manteniendo un control estricto. Finalmente, las hijas y los hijos de familias con un estilo permisivo suelen manifestar dificultades a nivel conductual, tales como el consumo abusivo de alcohol y drogas o dificultades para controlar sus impulsos (un resumen de estos aspectos se encuentra en las transparencias 3.4, 3.5, 3.6 y 3.7).

ELEMENTOS IMPORTANTES DE LOS ESTILOS EDUCATIVOS DURANTE LA ADOLESCENCIA

A pesar de sus años, debemos señalar que la clasificación de los progenitores en función de su *Estilo Educativo* sigue estando -aunque con matices que después veremos- muy vigente. Probablemente, porque recoge elementos que son fundamentales para el adecuado funcionamiento familiar y para el buen desarrollo de hijos e hijas: **el cariño y la comunicación, el control y establecimiento de límites justificados y razonados y el fomento de la autonomía** (ver transparencias 3.8-3.9).

● ● La comunicación y el afecto

Respecto al primero de estos elementos, es importante tener en cuenta los beneficios que una comunicación frecuente reporta para el buen funcionamiento familiar y para el bienestar adolescente. Sin embargo, la comunicación en el hogar durante los años que coinciden con la adolescencia parece sufrir un deterioro, y son frecuentes las quejas de madres y padres por la dificultad que encuentran a la hora de dialogar con sus hijas e hijos. Esta mayor dificultad en la comunicación está motivada por diferentes aspectos. Por un lado, el deseo de chicos y chicas de mayor intimidad puede provocar distanciamiento en la relación con sus madres y padres, ya que serán más reservados y evitarán hablar de ciertos temas que consideren pertenecientes a su vida privada. Por otro lado, la necesidad adolescente de establecer relaciones familiares más simétricas e igualitarias, en las que tengan más poder de decisión y sean tratados como personas adultos, puede entrar en conflicto con la inercia de las madres y los padres por seguir manteniendo unos intercambios más basados en la enseñanza o incluso en dar órdenes que en un proceso real de comunicación, en el que la escucha juega un papel tan importante como la propia expresión de ideas. En este sentido y quizás con demasiada

frecuencia, los mensajes de los progenitores pueden estar cargados de críticas referidas a los errores cometidos por sus hijos e hijas adolescentes, aspecto que hay que intentar evitar para conseguir una buena comunicación. Por otro lado, también es cierto que aunque son muchos los temas que interesan y preocupan a los y las adolescentes, paradójicamente son estos los temas que a veces pasan a un segundo plano en la comunicación familiar, más centrada en cuestiones como las tareas del hogar, el mundo académico o la forma de vestir del joven, que a menudo pueden acabar en discusiones y conflictos (ver transparencias 4.2-4.5).

En resumen, es fundamental que madres y padres sean conscientes de los obstáculos que dificultan la buena comunicación y que intenten superarlos, ya que los diálogos frecuentes y la comunicación en positivo son elementos imprescindibles para la satisfacción familiar y para el bienestar adolescente. Es importante destacar que, a pesar de todo, madres y padres siguen siendo un contexto primordial de influencia para el desarrollo de sus hijas e hijos -en algunos temas bastante por delante de amigos y amigas-, por lo que es necesario seguir creando un clima de apoyo, comunicación y confianza que facilite la seguridad y el ajuste de las hijas y los hijos en desarrollo.

• • Un tema nada fácil: El control

La segunda dimensión de la clasificación de los *Estilos Educativos* parentales es la que hace referencia a uno de sus aspectos más complejos -especialmente durante la adolescencia-, el control, la supervisión y el establecimiento de límites. Aunque la evidencia sobre la importancia del control y el establecimiento de límites para el ajuste adolescente es importante, habría que realizar algunas precisiones. Por un lado, hay que tener en cuenta que tras la etiqueta «control» podemos estar entendiendo comportamientos muy diferentes, que van desde el establecimiento de límites hasta la supervisión directa de la conducta, pasando por la imposición de sanciones o el conocimiento que tienen madres y padres de lo que hacen sus hijos e hijas cuando están fuera de casa. En otras palabras, los progenitores «controlan» a sus hijas e hijos cuando fijan la hora a la que tienen que llegar a casa -establecimiento de límites-, cuando sacan a pasear al perro justo por el parque en el que están con su pandilla -supervisión directa-, cuando les castigan por llegar tarde -imposición de sanciones-, o cuando saben que están en una fiesta porque sus mismos hijos e hijas se lo han contado -conocimiento-.

Esta última forma de control, la que se basa en el conocimiento que madres y padres tienen sobre lo que hacen sus hijos e hijas fuera de casa, es especialmente importante, y se relaciona positivamente con el ajuste adolescente.



● ● ESTILOS EDUCATIVOS

No obstante, también parece central **la forma** a través de la cual padres y madres obtienen esta información, siendo especialmente relevante aquella que obtienen gracias al discurso libre y espontáneo del hijo o de la hija. En resumen, un elemento fundamental para entender los efectos beneficiosos del control es saber lo que los progenitores conocen de lo que hacen sus hijos e hijas cuando ellos no están presentes, pero la clave no está en saberlo mediante prohibiciones o interrogatorios, sino a través de lo que las hijas y los hijos cuentan por propia iniciativa.

Es este discurso espontáneo o **auto-revelación** la variable que se relaciona en mayor medida con el conocimiento que tienen las madres y los padres del comportamiento de sus hijos e hijas, y al mismo tiempo con el bienestar adolescente. De ahí la importancia de crear un clima familiar con la suficiente confianza para que el chico o la chica se sienta con libertad de comunicarse de forma sincera y abierta. De hecho, la disponibilidad permanente de los progenitores a escuchar y atender las necesidades de sus hijas e hijos es la mejor estrategia que pueden utilizar para guiar y supervisar su conducta durante la adolescencia.

Por otro lado, hay que señalar que los beneficios del control dependerán de la forma de ejercerlo, ya que cuando el control es excesivo o se mantiene de una forma muy coercitiva y con límites muy restrictivos, puede generar rebeldía y problemas conductuales. Si bien a cualquier edad las normas deben ser explicadas y justificadas, durante la adolescencia esto se hace especialmente importante, ya que las crecientes habilidades cognitivas de chicas y chicos les van a permitir poner en tela de juicio con mayor eficacia los límites impuestos por las personas adultas. Si queremos que las chicas y los chicos adolescentes cumplan las normas, dos requisitos serán necesarios: por un lado, que las entiendan y las perciban como necesarias, y por otro, que participen en su construcción. En la medida que sean partícipes de las reglas y que éstas sean consensuadas, más fácil será que las acepte y las cumpla.

● ● El fomento de la autonomía

A pesar de todo lo comentado en párrafos anteriores sobre la importancia de la comunicación y el afecto, la supervisión y el establecimiento de límites, en la adolescencia otro tercer elemento se convierte en fundamental: **el fomento de la autonomía**.

En este momento es imprescindible que madres y padres animen al hijo o a la hija a pensar por sí mismo y a comportarse de forma autónoma e independiente. Sólo así, los y las jóvenes serán capaces de ir tomando sus propias

decisiones e ir ganando competencias en el difícil camino de convertirse en personas adultas. Somos conscientes de la dificultad que los progenitores pueden tener en algunas situaciones para conciliar la supervisión comentada en párrafos anteriores con el fomento de la autonomía adolescente, sin embargo, la estimulación de la independencia durante estos años es básica para el correcto desarrollo de hijos e hijas, ya que se ha demostrado que su ausencia está relacionada con la aparición de síntomas como ansiedad o depresión, menor competencia social o dificultades en la construcción de la propia identidad. Así, es muy importante que madres y padres ayuden a sus hijas e hijos a aceptar responsabilidades y a asumir las consecuencias de sus errores, evitando actitudes sobre-protectoras y permitiéndoles seguir su propio camino. La preocupación y ansiedad que los padres y las madres sienten ante la posibilidad de que sus hijas e hijos se equivoquen es totalmente comprensible, lo que no lo es tanto es que esta preocupación impida el crecimiento autónomo de los y las jóvenes y llegue a dificultar su bienestar psicológico.

EL ESTILO SOBRE-PROTECTOR

El estilo educativo *Sobre-protector* estaría muy relacionado con lo que acabamos de señalar. Este estilo, que podríamos englobar dentro de la etiqueta más general de Permisivo, incluiría a unos progenitores muy afectuosos y comunicativos pero excesivamente preocupados por los errores de sus hijos e hijas, que desde la primera infancia han creado un entorno totalmente libre de obstáculos y frustraciones y les han tolerado la mayoría de los caprichos, bien por la idea errónea de que es importante evitarles todo tipo de dificultades, o bien porque les ha resultado más cómodo mantener esa actitud sobreprotectora. Este estilo puede llevar a madres y padres a pensar que han realizado un buen trabajo con sus hijas e hijos rescatándoles de todo tipo de situaciones complicadas y resolviéndoles sus problemas, sin embargo, las consecuencias pueden ser bastante negativas. Por lo general, los chicos y chicas que han crecido en un entorno tan sobreprotector no habrán tenido la oportunidad de desarrollar una adecuada tolerancia a la frustración, y se mostrarán muy irritados en todas las situaciones en las que la realidad no se ajuste a sus deseos. Tampoco habrán adquirido las competencias necesarias para afrontar por sí mismos los problemas y las situaciones complicadas que puedan presentárseles, por lo que se sentirán agobiados y muy necesitados del apoyo de otras personas para resolverlas. Si tenemos en cuenta que son muchas las tareas que chicos y chicas tendrán que afrontar durante los años de la adolescencia, y que no siempre estarán junto a sus madres y padres, es esperable que estos hijos e hijas sobreprotegidos se muestren extremadamente vulnerables e inmaduros.

• • ESTILOS EDUCATIVOS

Si bien el estilo sobreprotector va a generar adolescentes egoístas y caprichosos que pueden terminar tiranizando y controlando emocionalmente a unos padres y madres que pueden sentirse completamente desbordados, en otras ocasiones podemos encontrarnos con que son los padres y las madres quienes utilizan el chantaje afectivo o la culpabilización como medio para controlar a sus hijos e hijas. Se trata de estrategias que podríamos definir como de control psicológico en contraposición al control conductual, y que pueden estar asociadas a una actitud parental de oposición a los intentos adolescentes de lograr una mayor autonomía emocional e intelectual. Los progenitores utilizarían el control psicológico cuando por ejemplo insisten en el daño que les provoca un determinado comportamiento -«*si sigues llegando tan tarde me vas a matar de un disgusto*»- o cuando intentan forzar una decisión del o la joven de forma indirecta -«*con lo que nos hubiera gustado a tu madre y a mí que estudiaras medicina como el abuelo*»-.

Si la falta de control conductual estaba asociada a la aparición de problemas externos -consumo de drogas, pobre control de impulsos, bajo rendimiento escolar..., el control psicológico está relacionado con los problemas emocionales y depresivos. En este sentido, insistimos en que el correcto desarrollo adolescente requiere una regulación adecuada del comportamiento permitiendo a la vez mayores cotas de independencia y de autonomía psicológica. Tan perjudicial puede ser la ausencia de supervisión por parte de padres y madres, como la sobreprotección o la excesiva intromisión y el control psicológico, especialmente en un momento como la adolescencia, en el que chicos y chicas deben aprender a pensar y actuar de forma autónoma.

¿POR QUÉ FUNCIONA EL ESTILO DEMOCRÁTICO?

Como hemos señalado en líneas anteriores, el estilo democrático es el que reporta más beneficios para el desarrollo de chicos y chicas. Los progenitores que manifiestan este estilo, además de ser cálidos y afectuosos con sus hijas e hijos y de supervisar y guiar su conducta, apoyan la autonomía adolescente aceptando y animando su creciente independencia, algo especialmente importante durante los años que coinciden con la adolescencia. De hecho, tres son los motivos por los que el estilo democrático fomenta el bienestar de hijos e hijas: En primer lugar, la calidez y afecto del estilo democrático facilita los intentos de socialización de los progenitores haciendo que sus hijas e hijos sean más receptivos a ellos. Las prácticas educativas democráticas tienen lugar en un contexto de amor y respeto mutuo, por lo que tienen un efecto mayor que las que ocurren en otros ambientes más coercitivos o permisivos. Por otro lado, los frecuentes in-

tercambios comunicativos, los diálogos habituales y la confrontación de diferentes puntos de vista promueven la competencia psicosocial general adolescente a través del fomento de habilidades como la empatía. Finalmente, el adecuado balance que establece entre control ajustado a la edad y fomento de la autonomía permite a los y las jóvenes ir creciendo de forma independiente, al mismo tiempo que son supervisados y guiados por sus madres y padres.

ALGUNAS ACLARACIONES SOBRE LOS ESTILOS EDUCATIVOS

Antes de terminar este capítulo, creemos importante realizar un par de matizaciones al constructo de los *Estilos Educativos* parentales. En primer lugar creemos conveniente señalar que aunque de la descripción clásica de los *Estilos Educativos* se desprende una visión de las relaciones familiares de carácter unidireccional, donde son padres y madres los que a través de un determinado estilo de comportamiento ejercen una influencia directa sobre sus hijos e hijas, hoy existe consenso al entender que las relaciones son recíprocas y bidireccionales. Así, en la actualidad se reconoce a los hijos y las hijas un papel mucho más activo en la relación con sus progenitores, donde variables como temperamento o edad son muy tenidas en cuenta. Lo que queremos destacar es que rasgos de las hijas o los hijos facilitan o dificultan el mantener con ellos un *Estilo Educativo* de carácter más democrático -seguro que somos capaces de pensar en adolescentes de nuestro alrededor con los que sería relativamente fácil mantener un estilo democrático, y otros u otras con los que esta labor sería mucho más complicada-. Más aún, creemos importante subrayar que el comportarse de forma democrática no es un patrón que resulte igualmente adecuado para todos los chicos y chicas, y que el grado de afecto, control y fomento de la autonomía óptimo para cada adolescente puede ser diferente, dependiendo entre otros de sus propias características y de la situación. De hecho, padres y madres deben hacer un esfuerzo por adaptar los tres aspectos comentados -afecto, control y fomento de la autonomía- a las características de sus hijos e hijas, teniendo en cuenta que habrá adolescentes que requieran por ejemplo más supervisión que otros. Lo que queremos destacar es que **no existe una única forma de ser una buena madre o un buen padre**, y que es fundamental adaptarse a las características y necesidades de cada hija o hijo.

Asimismo, y en consonancia con lo anterior, conviene recordar que el Estilo Educativo no es una característica del progenitor, sino de la relación particular que mantiene con su hijo o hija. Bien es cierto que determinados rasgos de personalidad pueden promover comportamientos parentales que vayan en

• • ESTILOS EDUCATIVOS

consonancia con algunos de los estilos, sin embargo, insistimos en que los *Estilos Educativos* son característicos de interacciones parento-filiales concretas, y que normalmente no son fruto de decisiones conscientes de las madres y los padres por comportarse de una u otra forma. Igualmente, es importante tener en cuenta las características de la situación, ya que habrá momentos en los que por ejemplo sea necesario un nivel de supervisión más elevado que en otros.

Lo que acabamos de comentar no resta importancia a las ventajas descritas sobre el estilo democrático. Existe bastante acuerdo a la hora de considerar que el contexto que más favorece el desarrollo de hijas e hijos es aquel que combina afecto-comunicación, supervisión-control de la conducta y fomento de la autonomía, sin embargo los párrafos anteriores insisten en la idea de que existen formas distintas de ser madre o padre democrático, y que estas formas van a depender directamente de las características del o la adolescente y de la situación concreta. Por otra parte, debemos destacar que las prácticas concretas que darán lugar a dichos estilos son susceptibles de ser entrenadas, y que en líneas generales, padres y madres pueden aprender a comportarse con sus hijas e hijos con los ingredientes que componen el estilo democrático.

IDEAS CLAVE SESIÓN 3 y 4

- El estilo educativo que más favorece el desarrollo adolescente, tanto conductual como emocionalmente, es el democrático.
- Este estilo implica la combinación de tres elementos: el afecto y la comunicación familiar, el fomento de la autonomía por parte de los progenitores y el establecimiento de límites y la supervisión de la conducta adolescente.
- Es fundamental que madres y padres guíen y supervisen la conducta de sus hijos e hijas sin utilizar estrategias de control psicológico y garantizando unos niveles ajustados de autonomía e independencia.
- Las normas deben ser razonadas, justificadas, y en la medida de lo posible estar consensuadas por progenitores y adolescentes.
- Es muy importante que padres y madres estén informados de la vida de sus hijas e hijos fuera del hogar. La creación de un clima familiar de confianza en el que el chico o la chica se sienta con libertad para hablar libre y espontáneamente de sus asuntos es básico para el seguimiento que los padres y las madres realizan, y a la par para el bienestar adolescente.
- El estilo educativo no es una característica del padre o la madre, sino un rasgo de una relación bidireccional. Para comprender el estilo educativo debemos prestar atención a las características del hijo o la hija, del progenitor y de la situación.
- El estilo parental debe ser flexible y ajustarse a las características y a la edad adolescente del hijo o la hija.
- Las prácticas concretas que definen el estilo democrático pueden ser entrenadas y potenciadas en padres y madres



OBJETIVOS GENERALES

Estilos Educativos I: Control, Establecimiento de Límites y Fomento de la Autonomía

Los objetivos generales que se pretenden alcanzar en esta sesión, son los siguientes:

1 Analizar aspectos del comportamiento de las madres y los padres que facilitan el desarrollo adolescente y el buen funcionamiento familiar a través de la tipología de los Estilos Educativos.

2 Profundizar en las ventajas e inconvenientes de cada uno de los estilos, destacando los beneficios del estilo Democrático.

3 Trabajar sobre la importancia de la comunicación y el afecto en la familia, el establecimiento de límites a la conducta del hijo o la hija adolescente promoviendo al mismo tiempo su autonomía.

4 Reflexionar sobre las distintas formas de controlar y supervisar la conducta adolescente, destacando la importancia de utilizar unos mecanismos que se ajusten a las nuevas necesidades de hijos e hijas y respeten su creciente autonomía.



ACTIVIDADES



INTRODUCCIÓN

El coordinador/a da la bienvenida a los y las participantes, les agradece su participación y les anima a seguir trabajando y reflexionando sobre su papel como madres y padres de adolescentes. A continuación, hace un pequeño resumen de la sesión anterior a modo de recordatorio.

Debe explicar que en las sesiones tercera y cuarta abordaremos un tema fundamental a la hora de entender la dinámica familiar y la influencia de los padres y las madres en el desarrollo de sus hijos e hijas: Los Estilos Educativos. A través del análisis de estos estilos vamos a intentar descubrir qué formas de actuación de los progenitores son las que promueven un desarrollo más saludable en sus hijas e hijos, especialmente durante los años de la adolescencia.

El coordinador/a debe tener en cuenta que, por lo amplio y complejo del tema, nos vemos obligados a dividir su contenido en dos sesiones. En ellas, haremos una descripción general del modelo de los Estilos Educativos, analizando las dimensiones que lo componen, reflexionando sobre el propio estilo educativo de madres y padres y sobre las consecuencias que puede tener la utilización de uno u otro estilo tanto para el o la adolescente como para la dinámica familiar. Al mismo tiempo, trabajaremos sobre la importancia que las prácticas educativas parentales tienen sobre el desarrollo adolescente, considerando lo importante de ajustar esas prácticas a variables del o la joven como su nivel de madurez. También conoceremos y aprenderemos a aplicar estrategias educativas concretas para favorecer el desarrollo saludable de chicos y chicas.

Una vez comentado lo anterior, comenzará una breve introducción de esta sesión (el coordinador/a se apoya en la transparencia 3.1 para la introducción de la misma). Hará hincapié en que la familia sigue siendo un contexto fundamental para el desarrollo de los chicos y las chicas adolescentes, y que madres y padres siguen teniendo un gran poder de influencia sobre sus hijas e hijos. Explicará que con esta sesión se pretende por un lado, reflexionar sobre las características que deben tener las prácticas educativas más beneficiosas para el bienestar adolescente, y por otro, trabajar sobre uno de los temas más complejos de la relación parento-filiales: el control y el establecimiento de límites conductuales, al mismo tiempo que se fomenta el desarrollo de la autonomía adolescente.

ACTIVIDADES

A continuación se desarrollarán las actividades correspondientes a la tercera sesión. Este desarrollo obedece a una secuenciación lógica de los contenidos siguiendo el marco teórico, sin embargo, seguir este itinerario no es obligatorio. Cada orientador/a puede programar la sesión de la manera que crea más conveniente de cara a conseguir los objetivos que se plantean.

ACTIVIDAD 1 Los estilos educativos	
Duración aproximada	30-40 minutos
Objetivos	<p>Conocer los distintos estilos educativos.</p> <p>Reflexionar acerca de las consecuencias de los estilos educativos.</p>
Materiales	<p>Lápiz y papel.</p> <p>Viñetas que reflejen diferentes situaciones o problemas entre los y las adolescentes y sus progenitores. Se empleará una viñeta por grupo. Las viñetas serán las siguientes (ver anexo 3.1):</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ Horarios: en la imagen se representa a un chico de 13 años cerrando la puerta de su casa con mucho sigilo. Un reloj en el fondo marca la 1 y se puede observar a su padre y su madre esperándolo cruzados de brazos y con cara de enfado. Normalmente, la hora de recogida es a las 23:30h, exceptuando la feria, lo que no es el caso. <p>Por otra parte, el chico no ha avisado de que llegaría tarde y, para colmo, no llevaba el móvil encima.</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ Problemas con el consumo de sustancias: en la imagen se representa a una chica de 14 años con varios amigos y amigas de su misma edad en un parque haciendo una botellona. Están bebiendo y fumando. La madre y el padre de la chica habían salido a pasear por una zona que no conocían mucho y, de repente, se han encontrado con su hija. Ambos se quedan boquiabiertos porque no se lo esperaban. La chica aún no les ha visto. ▶ Problemas de conducta: en la imagen se representa una llamada telefónica de la directora del centro de estudios que habla con uno de los padres, le está diciendo que su hija de 12 años ha faltado hoy a clase, este padre/madre le dice muy enfadado/a: «¡¿Cómo que mi hija no ha ido hoy a clase?!». En ese momento, la chica está entrando en casa.

Introducción teórica: Ideas importantes

El coordinador/a comenzará esta actividad con una introducción teórica en la que se tratarán, entre otras cuestiones (ver transparencias 3.2-3.3):

- ● Los Estilos Educativos: modelo con una importante tradición en psicología evolutiva que intenta clasificar la actuación de los progenitores respecto a sus hijos e hijas en función de dos dimensiones básicas: el afecto y la comunicación por un lado, y la supervisión y el establecimiento de límites por otro.

- ● Durante la adolescencia otra dimensión cobra especial importancia: el fomento de la autonomía.

- ● Esta clasificación no es exclusiva para la adolescencia, sino que puede aplicarse a padres y madres con hijos de cualquier edad.

- ● En función del cruce de las dos dimensiones básicas aparecen los cuatro estilos de padres y madres:

- Democrático: Alto afecto/comunicación, alta supervisión/establecimiento de límites, y fomento de la autonomía.
- Autoritario: Bajo afecto/comunicación, alta supervisión/establecimiento de límites.
- Permisivo: Alto afecto/comunicación, baja supervisión/establecimiento de límites.
- Indiferente: Bajo afecto/comunicación, baja supervisión/establecimiento de límites.

Los Estilos Educativos

Se organiza a los y las participantes en 3 grupos. A cada uno de estos grupos se les entrega una de las tres viñetas y el/la coordinador/a de la sesión les da la siguiente instrucción sobre la actividad:

«Os acabo de repartir una viñeta donde está representada una situación. Debéis pensar cómo podríais resolver la situación que veis en la viñeta según los cuatro estilos que hemos estado comentando, o sea, cómo resolvería la situación un padre/madre autoritario/a, permisivo/a, indiferente y democrático/a. Tam-

bién tenéis que reflexionar sobre las consecuencias que tendría esa actuación en cada uno de los estilos tanto para los padres y las madres como para los y las adolescentes implicados en la situación. Una persona del grupo ejercerá como secretario/a y anotará las conclusiones, que se expondrán más tarde. Para realizar esta tarea, vais a contar con 10 minutos aproximadamente».

Una vez transcurridos los 10 minutos, el secretario/a de cada grupo irá exponiendo la resolución de la situación desde el prisma de cada uno de los cuatro estilos y las consecuencias de dicha forma de actuar.

Síntesis de la actividad

Tras esta puesta en común, el coordinador/a, utilizando una exposición oral breve, destacará los problemas que los estilos permisivo, autoritario e indiferente tienen para el buen desarrollo adolescente y las ventajas del democrático. Para ello, se basarán en los siguientes datos:

- Los trabajos que han analizado la relación entre los estilos educativos y el ajuste adolescente han mostrado en los últimos años con bastante contundencia que el estilo democrático es el que favorece en mayor medida el desarrollo de chicos y chicas.

- Las hijas e hijos de progenitores democráticos presentan niveles más altos de autoestima y de desarrollo moral, manifiestan un mayor interés hacia la escuela, un mejor rendimiento académico y una mayor motivación, consumen sustancias como alcohol o drogas con menor frecuencia, son menos conformistas ante la presión negativa del grupo de iguales, y presentan menos problemas de conducta en general.

- Los y las adolescentes que han crecido en un estilo indiferente tienden a presentar toda una gama de problemas académicos, emocionales y conductuales, debido por un lado a que han carecido de un ambiente cálido y afectuoso, y por otro, a que no han tenido ningún tipo de guía ni control para su comportamiento.

- Los hijos e hijas de madres y padres autoritarios, debido al ambiente familiar excesivamente frío y controlador, aunque pueden ser obedientes y disciplinados -al menos en un primer momento- y manifestar un buen rendimiento escolar, presentan más dificultades internas, caracterizadas por problemas emocionales, síntomas depresivos o poca confianza en ellos mismos. También es frecuente que cuando el control es muy severo estos chicos y chicas terminen

• • ESTILOS EDUCATIVOS

rebelándose contra sus madres y padres, especialmente con la llegada de la adolescencia, momento en el que el joven buscará una mayor libertad y autonomía mientras que sus familias intentarán seguir manteniendo un control estricto.

- ● Las hijas e hijos de familias con un estilo permisivo suelen manifestar dificultades sobre todo a nivel conductual como un consumo abusivo de alcohol y drogas o dificultades para controlar sus impulsos como consecuencia de la falta de control parental. A nivel emocional suelen presentar menos problemas que los hijos e hijas de familias autoritarios e indiferentes.

Esta exposición teórica se apoyará en las transparencias de 3.4 a 3.9

ACTIVIDAD 2

Establecimiento de límites: lo esencial y lo secundario

Duración aproximada	15-20 minutos
Objetivos	<p>Reflexionar sobre la necesidad de ser firmes respecto a algunas normas, mientras que se debe ser flexibles en otras.</p> <p>Tener en cuenta cómo deben ir flexibilizándose las normas a medida que el hijo o la hija va madurando.</p> <p>Ser conscientes de que la importancia de algunas normas es relativa y depende de los valores de los padres y las madres: no son universales.</p>
Materiales	<p>Lápiz y papel.</p> <p>Pizarra y rotuladores.</p>

Clasificación de temas: ¿En qué estaríamos dispuestos y dispuestas a ceder?

El coordinador dibujará en la pizarra un cuadro como el siguiente:

Aspectos que los padres/madres deben controlar	Dependen de algún factor <small>(la flexibilidad depende de factores como la madurez del chico/a)</small>	Asuntos privados del chico/a <small>(en los que podemos ser más flexibles)</small>

Seguidamente, se explicará a los y las participantes en qué consiste la actividad: «A continuación voy a nombrar una serie de asuntos que pueden generar conflictos en las relaciones entre progenitores y adolescentes, debido a que unos y otros sostienen posturas u opiniones diferentes al respecto. Los tenemos que clasificar entre todos y todas y decidir si se trata de asuntos que forman parte de la esfera privada del chico o chica -y por lo tanto sus madres y padres no deberían intervenir-, si son asuntos importantes respecto a los cuales hay que poner claras normas o límites, o si dependen de algún factor (como la edad, el género...)».

• • ESTILOS EDUCATIVOS

Los temas que la persona coordinadora irá nombrando en voz alta y uno por uno serán los siguientes (si el coordinador/a cree oportuno incluir alguno más, se le anima a hacerlo):

- Mantener relaciones sexuales.
- La masturbación.
- La hora de llegada a casa los fines de semana.
- La hora de llegada a casa los días entre semana.
- El consumo de alcohol.
- El consumo de tabaco.
- El consumo de porros.
- Faltar a clase.
- Decidir con qué amigos y amigas se relaciona.
- Decidir sobre la pareja con la que salir.
- Ir a la iglesia.
- Que elija sus actividades de ocio y tiempo libre (idiomas, instrumentos musicales, práctica de deportes...).
- Colaboración en tareas del hogar.
- Que se ponga un piercing / tatuaje.
- Que elija cómo vestir y cómo peinarse.
- Elegir la música que escucha.
- Navegar por internet.
- Correspondencia.
- Llamadas de teléfono.

El coordinador/a va nombrando cada uno de los temas y se decide entre los y las asistentes clasificarlos en un determinado lugar dependiendo de si se trata de asuntos que forman parte de la esfera privada del chico o chica -y por lo tanto sus madres y padres no deberían intervenir-, si son asuntos importantes respecto a los cuales se deben poner claras normas o límites, o si depende de algún factor (como la edad, el género...). Si algún tema resulta especialmente conflictivo se dejará aparte y se retomará en la síntesis de la actividad. No es conveniente que se generen disputas entre los y las asistentes.

Síntesis de la actividad

El coordinador de la sesión llevará a cabo una puesta en común sobre los valores y el establecimiento de límites apoyándose en las transparencias 3.10 y 3.11. Sería algo así como lo siguiente:

- Durante la adolescencia padres y madres deben supervisar y guiar el comportamiento de sus hijas e hijos, estableciendo límites y normas ajustadas a características tales como su edad o el grado de madurez.

- Debemos tener presente que como madres y padres, los comportamientos que consideramos adecuados o impropios, tolerables o inadmisibles en diferentes edades están muy influidos por el contexto social, los valores familiares, nuestra implicación personal respecto al tema o nuestra propia autobiografía.

- Lo anterior, aunque completamente comprensible, puede llevar a padres y madres a ser inflexibles ante demandas que sus hijos e hijas consideran justas. Por ello, los progenitores deben ser conscientes de los cambios que nuestra sociedad actual está experimentando, e intentar ajustar sus prácticas a esas transformaciones.

- Aunque somos conscientes de la dificultad del tema, y de que no existen «recetas» ni fórmulas para identificar exactamente donde deben estar los límites en cada momento -como hemos dicho depende de factores relativos tanto del o la adolescente, como a sus madres y padres o al contexto social- sí que es cierto que a medida que chicos y chicas van madurando deben ir teniendo más libertades y responsabilidades, más obligaciones y derechos. Así, a madres y padres les queda la difícil tarea de ajustar los límites en función de las cotas de madurez de sus hijas e hijos adolescentes y de los valores imperantes en nuestra sociedad actual, que no tienen porqué ser los mismos que aquellos en los que los propios progenitores vivieron su adolescencia.

ACTIVIDAD 3 «Me siento fatal»

Duración aproximada	30 minutos
Objetivos	Reflexionar sobre la importancia de guiar y supervisar la conducta de hijas e hijos de una forma adecuada a su edad y a sus nuevas necesidades.
Materiales	Lápiz y papel. Texto para el trabajo en grupo: «¡Me siento fatal!» (anexo 3.2)

Desarrollo de la actividad: Trabajo con textos

Se organiza a los y las participantes en 3 grupos. A cada uno de estos grupos se les entrega uno de los fragmentos de texto de pensamientos de adolescentes y el/la coordinador/a de la sesión les da la siguiente instrucción sobre la actividad:

«Os acabo de repartir unos fragmentos donde están reflejados los pensamientos de dos chicos y una chica adolescente. Una vez que cada grupo lea el fragmento que le corresponda, me gustaría que le dedicarais unos minutos a reflexionar sobre las siguientes cuestiones:

- 1 ¿Cómo creéis que se sentirá el chico/a al tener este pensamiento?
- 2 Cuando tenáis más o menos su edad, ¿os ocurrió algo parecido?
- 3 ¿Cuál creéis que podría ser la mejor alternativa para guiar y supervisar su conducta?

Uno de los miembros del grupo hará de secretario/a y anotará las conclusiones que darán lugar a un debate posterior en el que contrastaremos nuestras opiniones, para finalmente, llegar a concluir sobre los ingredientes de una buena forma de supervisar y poner límites a la conducta de los chicos y las chicas durante la adolescencia. Para realizar esta primera tarea vais a contar con 10 minutos aproximadamente».

Los fragmentos que se les van a repartir, son los siguientes (ver anexo 3.2):

Fragmento de los pensamientos de un chico de 14 años:

«Otra vez el mismo interrogatorio del domingo a mediodía: «¿dónde fuiste anoche?, ¿con quién estuviste?, ¿qué hiciste?, ¿viste a esa chica que te llama tanto por teléfono?», ¡qué pesadilla! Y encima se enfadan cuando les contesto: «Donde siempre. Con mis amigos. Lo de siempre. No, no la vi, ¡dejad ya de preguntarme!». Lo peor de todo es que no me siento bien porque les estoy mintiendo..., ¿cómo voy a decirles que sí, que estuve con esa chica que es mayor que yo y que estuvimos dando vueltas con su nueva moto? Además, como su familia no es la mejor del barrio van a pensar que ella es igual y no van a comprender que para mí es muy especial. Pero ¡no! No les voy a decir nada porque sólo escuchan lo que quieren oír: si fumo, si monto en moto o si salgo con alguna chica. No quiero mentirles, pero no tengo otra salida porque me tendrían castigado todos los fines de semana, pero ¡qué falso me siento!»

Fragmento de los pensamientos de una chica de 15 años:

«¡Siempre igual! ¡Porque lo digo yo! ¡Qué asco! Esa es la explicación favorita de mi padre: «¡porque lo digo yo!» o «¡Porque mientras vivas en esta casa debes seguir nuestras normas!» ¡Qué bien!, unas normas que no se explican... A todas mis amigas las dejan salir esta noche hasta más tarde porque es la fiesta del pueblo, ¿Por qué yo tengo que llegar antes de las 12? Pues porque lo dicen unas personas que se creen que tengo 5 años. Yo sé que tienen sus razones: que me puede pasar algo, que no es seguro estar hasta tan tarde en la calle, que están mas tranquilos si estoy durmiendo en mi cuarto... pero ¿y yo qué?, ¿qué pinto yo en todo esto? Mi padre con decirme: «¡cállate y vete a tu cuarto, no tenemos nada más que hablar, ya está decidido!» tienen bastante. Si me dejaran darle mis razones: que es peor volver sola, que a todos mis amigos y amigas les dejan, que sé muy bien lo que me hago, que me estoy haciendo mayor ... Yo creo que ese es el problema, que no se dan cuenta de que me estoy haciendo mayor, ¡me siento tan mal sin poder hacer nada!»

Fragmento de los pensamientos de un chico de 15 años:

«¡Qué asco! ¿Cuándo va a dejar de decirme esas cosas? Es que odio que me diga eso: «¡me vas a quitar del mundo! Con todo lo que yo te quiero y mira cómo me lo pagas. Te parecerá bonito, ¿no?, ayer no puede dormir en toda la noche por tu culpa, sólo

● ● ESTILOS EDUCATIVOS

de pensar qué estarías haciendo en casa cuando os cogí a ti y a esa chica con la que sales ayer besándoos en el sofá. Y menos mal que no se lo dije a tu padre, que siempre intento que no se entere de nada». ¡Pues que se entere!, él también es mi padre, ¿no? Tampoco es tan horrible que haya besado a mi novia en mi casa, ¡vamos! Como si ellos con mi edad nunca lo hubieran hecho... Yo creo que lo que a mi madre le da miedo es que me pase igual que a ellos, que se quedó embarazada y se tuvieron que casar, pero ¿qué va a pasar por darle besos a mi novia? Además, si tenemos que ir más lejos dentro de un tiempo, tomaremos precauciones. Y es que mi madre me tiene amargado, porque desde siempre esa es su estrategia para hacerme sentir culpable cuando no hago lo que ella quiere. Yo la quiero mucho y me da pena decirlo, pero me he acostumbrado, y sus reproches ya ni me duelen. Aunque creo que no es tan terrible lo que hago a veces siento que soy una mala persona.»

Una vez transcurridos los diez minutos, el secretario/a de cada grupo irá exponiendo las conclusiones a las que han llegado en base a las tres preguntas planteadas.

Síntesis de la actividad

Para concluir esta actividad, el coordinador/a llevará a cabo una exposición oral, haciendo hincapié en una serie de aspectos fundamentales (ver transparencia 3.12):

- ● La necesidad de **negociar** las normas y los límites, **justificándolos** y **razonándolos** siempre.

- ● La importancia de **escuchar** a los y las jóvenes y de crear un clima con la suficiente **cercanía y confianza** para que el chico o la chica adolescente pueda contar sus cosas a los padres y madres **espontáneamente**, sin que estos se vean en la necesidad de hacer interrogatorios continuos. Hay que destacar que la revelación espontánea es la vía más recomendable para que madres y padres controlen el comportamiento de sus hijos e hijas.

- ● Los efectos negativos que producen las estrategias de control psicológico. Esta forma de control, que intenta dirigir el comportamiento de hijos e hijas a través de la manipulación afectiva y que impide el desarrollo autónomo, tiene como consecuencias negativas toda una serie de problemas emocionales y conductuales como sentimientos de culpa, falta de iniciativa o inseguridad.

ACTIVIDAD 4

Para terminar... ¿Qué hemos aprendido hoy?

Esta actividad final se llevará a cabo para afianzar lo que han aprendido padres y madres en esta sesión. El/la coordinador/a iniciará una breve discusión dirigida que girará en torno a las siguientes preguntas:

- 1 De lo que habéis visto hoy, ¿qué es lo que más os ha llamado la atención?
- 2 ¿Qué creéis que habéis aprendido?
- 3 ¿De qué creéis que os puede servir todo este aprendizaje? ¿Le veis alguna aplicación a vuestra vida diaria?

Tras aproximadamente 10 minutos, el coordinador resumirá lo que han aprendido en la sesión con ayuda de la transparencia 3.13:

- Hemos conocido qué aspectos de nuestro comportamiento facilitan el desarrollo adolescente y el buen funcionamiento familiar.
- Hemos conocido ventajas e inconvenientes de los distintos Estilos Educativos (democrático, autoritario, permisivo e indiferente)
- Hemos aprendido aspectos importantes a tener en cuenta sobre el establecimiento de límites y normas (establecer límites claros, establecer normas flexibles y necesarias, ...)
- Hemos reflexionado sobre cómo podemos supervisar y guiar la conducta de chicos y chicas ajustándonos a sus necesidades y respetando su autonomía (negociando, justificando y razonando los límites, escuchando activamente, creando un clima de confianza, garantizando su autonomía...)



OBJETIVOS GENERALES

Estilos Educativos II: Afecto y comunicación

Los objetivos generales que se pretenden alcanzar en esta sesión, son los siguientes:

- 1 Seguir profundizando en la tipología de los Estilos Educativos, concretamente en la dimensión de afecto y comunicación.**
- 2 Identificar pautas adecuadas de comunicación entre progenitores y adolescentes.**
- 3 Sugerir algunas estrategias para facilitar la comunicación entre progenitores y adolescentes.**
- 4 Reflexionar sobre el hecho de que durante la adolescencia sigue necesitando el apoyo y afecto de madres y padres ,aunque este afecto deberá expresarse de distinta forma que en la infancia.**



ACTIVIDADES



INTRODUCCIÓN

El coordinador/a da la bienvenida a los y las asistentes, les agradece su participación y les anima a seguir trabajando y reflexionando sobre su papel como madres y padres de adolescentes. Se hace un pequeño resumen de la sesión anterior: debe explicar que en las sesiones tercera y cuarta se está abordando un tema fundamental a la hora de entender la dinámica familiar y la influencia de los padres y las madres en el desarrollo de sus hijos e hijas: *Los Estilos Educativos*. A través del análisis de estos estilos estamos intentando descubrir qué formas de actuación de los progenitores son las que promueven un desarrollo más saludable en sus hijas e hijos, especialmente durante los años de la adolescencia.

El coordinador/a recordará que, por lo amplio y complejo del tema, hemos dividido su contenido en dos sesiones. En la primera de ellas nos centramos en dos temas fundamentales: el control y el establecimiento de límites, y el fomento de la autonomía. Hicimos una descripción general de los *Estilos Educativos*, analizando las dimensiones que lo componen, reflexionando sobre el propio estilo educativo de los progenitores y las consecuencias que puede tener la utilización de uno u otro estilo tanto para el o la adolescente como para la dinámica familiar. Al mismo tiempo, trabajamos acerca del papel educativo de madres y padres durante la adolescencia de sus hijos e hijas, destacando la importancia de flexibilizar dichas prácticas en función de variables como el nivel de madurez adolescente. Finalmente, y a lo largo de ambas sesiones, aprenderemos a aplicar estrategias educativas concretas para favorecer el desarrollo saludable de chicos y chicas partiendo del estilo que hemos denominado democrático.

Una vez comentado lo anterior, comenzará una breve introducción de esta sesión (el coordinador/a se apoya en la transparencia 4.1 «¿Qué vamos a aprender?» para la introducción de la misma). Hará hincapié en que la familia sigue siendo un contexto de desarrollo fundamental para los chicos y las chicas adolescentes. Explicará que con esta sesión se pretende por un lado, reflexionar sobre el papel básico de la comunicación parento-filial, y por otro, hacer conscientes a padres y madres de la importancia de la afectividad en esta etapa evolutiva.

ACTIVIDADES

A continuación se desarrollarán las actividades correspondientes a la cuarta sesión. Este desarrollo obedece a una secuenciación lógica de los contenidos siguiendo el marco teórico, sin embargo, seguir este itinerario no es obligatorio. Cada orientador/a puede programar la sesión de la manera que crea más conveniente de cara a conseguir los objetivos que se plantean.

ACTIVIDAD 1	
Análisis de situaciones de interacción comunicativa	
Duración aproximada	30 minutos
Objetivos	<p>Analizar pautas poco adecuadas de comunicación entre progenitores y adolescentes.</p> <p>Reconocer los obstáculos en la comunicación entre progenitores y adolescentes.</p> <p>Desarrollar habilidades y estrategias comunicativas.</p>
Materiales	<p>Lápiz y papel.</p> <p>Diálogos de situaciones conflictivas (ver anexos 4.1, 4.2.A, 4.2.B y 4.2.C).</p>

Introducción teórica

El/la coordinador/a destaca, basándose en la transparencias que van de la 4.2 a la 4.4, las dificultades que muchos padres y madres suelen tener en la comunicación con sus hijas e hijos, haciendo referencia a elementos que dificultan la comunicación y que surgen sin darnos cuenta, generando un distanciamiento que, no pocas veces, se convierte en un problema difícil de solventar.

Igualmente, comenta que en esta actividad se van a analizar algunas situaciones comunicativas poco adecuadas, tratando de encontrar los errores cometidos y buscando alternativas más eficaces.

Situaciones comunicativas: SITUACIÓN 1

Tras pedir a los y las asistentes que constituyan grupos pequeños (4 ó 5 personas) se reparte el diálogo que figura a continuación (ver anexo 4.1), y se les da la siguiente instrucción:

• • ESTILOS EDUCATIVOS

«Os acabo de repartir el fragmento de un diálogo que tiene lugar entre una madre y su hija Laura, de 15 años. Debéis analizar los posibles errores que la madre comete a la hora de comunicarse con su hija, y debéis pensar y proponer una solución alternativa en la que esta madre resuelva de forma favorable la situación sin que se produzca un bloqueo en la comunicación, como en este caso ocurre. Una persona del grupo ejercerá de secretaria y anotará las conclusiones para exponerlas más tarde. Para realizar esta tarea, vais a contar con 10 minutos».

Una vez transcurridos los diez minutos, el secretario/a de cada grupo irá exponiendo los elementos que dificultan la comunicación por parte de la madre y posibles resoluciones de la situación.

Laura (15 años): Hola mamá.

Madre: ¿Qué tal te ha ido el día?

Laura: (Muy excitada) ¡No te vas a creer lo que me ha pasado!

Madre: Pues no sé. ¿Has sacado alguna buena nota?

Laura: No se trata de eso. ¡Algo mucho mejor!

Madre: Como no me des alguna pista...

Laura: ¿Te acuerdas de Jorge?

Madre: ¿No es ese chico moreno de tu clase que tú dices que es tan guapo?

Laura: Ese mismo. Pues hoy me ha dicho que le gusto mucho, y que quiere que salgamos el viernes.

Madre: Y tú, ¿qué le has dicho?

Laura: Al principio le dije que me lo iba a pensar. Pero luego hemos seguido hablando, y hablando,.. y he terminado diciéndole que sí. Incluso ha habido algo más.....

Madre: Pero bueno, no te hagas de rogar, cuenta, cuenta....

Laura: Hemos acabado morreando...

Madre: ¡Laura, no hables así!

Laura: Pues eso, que nos hemos estado besando,..y abrazando.

Madre: Vaya. Pues sí que va rápida la cosa. ¿Y cuándo ha sido eso?

Laura: Pues esta misma mañana.

Madre: ¿Y cómo ha sido esta mañana? ¿A qué hora? (Comenzando a inquietarse)

Laura: Bueno, todo empezó en el recreo. Y estuvimos cerca de dos horas...

Madre: (interrumpiendo bruscamente y enfadada) ¿Cómo que dos horas? ¿Es que hoy no has tenido clase? ¿No me dirás que has faltado?

Laura: (enfadada y justificándose) Sí que he faltado, había clase de Sociales. Pero creo que esto que me estaba pasando era más importante.

Madre: (Colérica) ¡Cómo que más importante! Luego suspenderás, y veremos qué es lo que es más importante. Tú sigue así y ya verás lo que haces con tu vida. Eres tonta perdida. Yo ya te conozco y sé que eres una cabeza loca.

Laura: (Gritando) ¡¡ No me van a suspender por eso!! No debería haberte contado nada ¡Tú nunca me entiendes!

Anexo 4.1: Situación comunicativa 1

Síntesis de la situación 1

Tras la puesta en común el coordinador/a, utilizando una exposición oral breve, destacará los siguientes puntos (ver transparencias 4.5-4.7):

- Con frecuencia padres y madres asumen un papel excesivamente autoritario y controlador en la relación con sus hijas e hijos, especialmente en la adolescencia temprana, y les cuesta cambiar una forma de actuación que han venido ejerciendo durante los años de la niñez.

- Ese afán por controlar puede llegar a malograr los intentos por establecer una relación de confianza y desaprovechar situaciones, como la precedente, que pueden servir para fortalecer esa confianza.

- La madre de Laura reacciona de una forma demasiado emocional y negativa a la declaración de su hija de haber faltado a clase. Sin duda, lo hace con la mejor intención, posiblemente porque valora mucho la formación académica de su hija.

- Tal vez, tema que Laura cometa los mismos errores que ella pudo haber cometido en su juventud, y piense que el faltar a clase le llevará a un fracaso o a un abandono prematuro de los estudios.

- Ese miedo va hacer que muchos padres y madres reaccionen de forma muy emocional ante un hecho que en principio no debería tener las consecuencias negativas que temen.

- En estas situaciones hay que mantener la calma. Antes de reprender a Laura su madre debería ponerse en su lugar y entender que en una situación tan importante para ella, la clase de Sociales bien podía pasar a un segundo lugar.

- Ello no quiere decir que deba reaccionar con indiferencia ante el comportamiento de su hija, sino que debe separar dos aspectos. Por una parte, debería valorar muy positivamente la muestra de confianza que ha manifestado su hija al contarle su experiencia y aprovechar esa situación para fortalecer la intimidad de su relación. Por otra parte, en cuanto al absentismo escolar, debería abordarlo con su hija en otro momento, separándolo claramente de la confidencia, y evitando caer en el sermón o la regañina. De lo contrario, es probable que Laura evite en el futuro hablar con su madre de experiencias por las que va a ser reprendida.

● ● ESTILOS EDUCATIVOS

● ● No hay que olvidar que mantener una buena comunicación con hijas e hijos es la mejor fórmula para que los padres y las madres se mantengan informados de sus actividades y puedan intervenir en algunas situaciones de riesgo que pudieran presentarse.

Situaciones comunicativas: Situación 2

Para el análisis de esta segunda situación no es preciso separar en pequeños grupos a los y las participantes, y puede hacerse mediante una discusión dirigida con todos los miembros del grupo. En primer lugar se proyectará la transparencia con el texto A (ver anexo 4.2.A) y se pedirá que se detecten los errores que la madre ha cometido en el intercambio comunicativo con su hijo.

TEXTO A

Madre: ¿Qué tal la clase de mates de hoy?

Jorge: Muy bien, lo poco que ví.

Madre: ¿Qué quieres decir?

Jorge: La profe me echó de clase y me mandó a dirección.

Madre: ¡Pero bueno!, ¿qué fue lo que hiciste?

Jorge: Yo no hice nada

Madre: ¡Como que no hiciste nada!, ¡algo harías!. No te echan de clase por nada.

Jorge: Siempre tiene que ser mi culpa. ¿No puede equivocarse el profesor?

Madre: ¡Como va a equivocarse el profesor! Tú no eres un santo. Pero, ¿qué conversación es esta? Ahora mismo me cuentas todo lo que pasó.

Jorge: ¡Bah! Me voy a mi cuarto.

Anexo 4.2.A: Situación comunicativa 2

Después de que en el grupo se hayan realizado algunas sugerencias y hayan sido discutidas, se proyectará el texto B, en el que aparece en rojo el análisis del dialogo anterior (ver anexo 4.2.B).

TEXTO B

Madre: ¿Qué tal la clase de mates de hoy?

Jorge: Muy bien, lo poco que ví.

Madre: ¿Qué quieres decir?

Jorge: La profe me echó de clase y me mandó a dirección.

Madre: ¡Pero bueno!, ¿qué fue lo que hiciste? (*Ataque*)

Jorge: Yo no hice nada (*Defensa*)

Madre: ¡Como que no hiciste nada! ¡algo harías!. No te echan de clase por nada. *(Segundo ataque, la conversación no marcha nada bien)*

Jorge: Siempre tiene que ser mi culpa. ¿No puede equivocarse el profesor? *(Contrataque: buscando una salida)*

Madre: ¡Como va a equivocarse el profesor!. Tú no eres un santo. Pero ¿qué conversación es esta? Ahora mismo me cuentas todo lo que pasó. *(Tercer ataque. Conversación casi destruida)*

Jorge: Bah. Me voy a mi cuarto

Anexo 4.2.B: Situación comunicativa 2 *(Algunos errores cometidos)*

Por último, de proyectará el texto C, donde figura una alternativa a la situación planteada (ver anexo 4.2.C).

TEXTO C

Madre: ¿Qué tal la clase de mates de hoy?

Jorge: Muy bien, lo poco que ví.

Madre: ¿Qué quieres decir?

Jorge: La profe me echó de clase y me mandó a dirección.

Madre: ¿Qué pasó? *(Pregunta ¿qué pasó? en lugar de ¿qué hiciste?)*

Jorge: Pablo destrozó el trabajo que yo estaba haciendo.

Madre: ¡Oh no! *(Expresa empatía y comprensión)*

Jorge: Sí, y yo me cabreé y le dí un empujón

Madre: ¿Y el profesor te echó entonces? *(El énfasis se pone en lo ocurrido, y se empatiza con Jorge, en lugar de aprovechar la ocasión para dar una reprimenda por algo que ya sancionó el profesor)*

Jorge: Sí.

Madre: ¿Qué pasó luego?

Jorge: Nada más. Pero por esa tontería me perdí la explicación y ahora tendré que preguntarle a Luis. Además, el profe seguro que me coge manía.

Madre: Seguro que puedes hacer algo. ¿No se te ocurre nada? *(Evita dar alguna solución demasiado pronto y ayuda a buscar alternativas)*

Jorge: Tal vez debería hablar con él mañana y explicarle lo que pasó.

Madre: Muy bien, no es la primera vez que Pablo te hace una faena, así que yo creo que no deberías juntarte más con él. ¿Qué otra cosa pasó hoy? *(Da un ligero consejo y deriva la conversación hacia otro tema)*

Anexo 4.2.C: Situación comunicativa 2 *(Posible resolución de la situación)*

Síntesis de la situación 2

La síntesis que realice el coordinador de esta situación, tiene que contar con los siguientes contenidos (apoyados en las transparencias 4.8-4.13):

- ● La situación anterior es bastante frecuente en las relaciones entre progenitores y adolescentes. Es usual que los primeros reaccionen de forma semejante, culpando al chico o chica y regañándole antes de escuchar su explicación.

- ● Probablemente, ello sea debido, entre otros factores a la imagen negativa que en nuestra sociedad se asocia a la adolescencia, que lleva a padres, madres y profesorado a pensar que el chico o la chica siempre es culpable.

- ● Al igual que en la situación anterior, es importante resaltar que madres y padres deben evitar reaccionar de forma impulsiva y visceral y procurar guardar la tranquilidad en los momentos iniciales.

- ● Es fundamental que los padres traten de utilizar preguntas impersonales (¿Qué pasó?), ya que la pregunta «¿qué hiciste?» supone considerar culpable al chico o a la chica.

- ● Los y las adolescentes suelen mostrarse especialmente sensibles a las críticas y evaluaciones negativas de su comportamiento reaccionando ante las mismas de forma muy emocional, lo que suele generar una escalada en la intensidad de los reproches mutuos.

- ● Por otra parte, a madres y padres les cuesta mucho trabajo resistir la tentación de sermonear y dar «lecciones», asumiendo que sus hijos e hijas han mostrado un mal comportamiento. Sin embargo, los inconvenientes de este enfoque superan claramente sus ventajas, ya que progresivamente las situaciones de comunicación parento-filiales se irán volviendo muy negativas pudiendo afectar al equilibrio emocional de ambos y aumentando su distanciamiento.

ACTIVIDAD 2

Juego de roles. Invirtiendo los papeles en una situación comunicativa

Duración aproximada	15 minutos
Objetivos	<p>Ponerse en el lugar del hijo o la hija adolescente y comprender sus sentimientos en una situación cotidiana de interacción comunicativa.</p> <p>Fomentar la empatía y comprensión sobre algunas dificultades que pueden vivenciar los y las adolescentes en la comunicación con familiar.</p> <p>Adquirir habilidades y estrategias para una mejor comunicación parento-filial.</p>
Materiales	<p>Lápiz y papel.</p> <p>Breve descripción de los papeles que se deben interpretar (ver anexo 4.3)</p>

Desarrollo de la actividad

El/la coordinador/a explica que en la próxima actividad se va a llevar a cabo una dramatización o juego de roles en la que se representará una situación de comunicación entre una madre y una hija en la que hay una inversión de las actitudes o roles habituales, por lo que solicita la colaboración de dos personas, preferentemente dos mujeres.

Seguidamente se reparten los papeles entre las voluntarias y se les pide que después de leer el guión lleven a cabo la dramatización. Cada una de las protagonistas deberá desconocer el contenido de las orientaciones que se dan al otro personaje (ver anexo 4.3).

Madre: Eres una mujer de 45 años que trabaja como administrativa en una empresa de seguros y eres madre de una chica adolescente de 14 años y de un niño de 8. Llegas a casa muy preocupada y le comentas a tu hija que te quieren echar del trabajo. Además, piensas que tus jefes te están acosando, ya que no valoran tu trabajo y te han empezado a retirar tareas que antes solías hacer a menudo. Esta misma mañana has tenido una importante discusión con tu jefe que te ha dejado muy nerviosa, ya que ha amenazado con despedirte. No sabes muy bien qué hacer, has llamado a tu marido por teléfono pero no



● ● ESTILOS EDUCATIVOS

has conseguido hablar con él, por lo que necesitas desahogarte con tu hija. Pero ella no te presta la más mínima atención, lo que te pone aún más nerviosa.

Anexo 4.3: Guión juego de roles (Madre)

Hija: Eres una chica adolescente de 14 años estudiante de 2º de ESO. Cuando tu madre llega a casa preocupada estás haciendo los deberes, por lo que no prestas demasiada atención a lo que ella te cuenta, así, apenas si le miras a la cara y sigues con tus cosas. Además, tratas de hacerle ver a tu madre que como siempre se preocupa por tonterías, y le comentas que no importa demasiado un trabajo que otro, y que será mejor que se busque otra cosa. No demuestras demasiada empatía o comprensión hacia su estado de ánimo y no intentas consolarla, ya que quieres seguir con lo que estabas haciendo. Algo más adelante y ante la insistencia de tu madre cambias de actitud, y de alguna manera tratas de regañarla y culpabilizarla comentándole que algo malo debe haber hecho ella para que sus jefes no estén contentos con su trabajo. Por último, debes terminar sermoneándola, diciéndole que debería ser un poco más cuidadosa y responsable y esforzarse más en su trabajo.

Anexo 4.3: Guión juego de roles (Hija)

Una vez finalizada la dramatización, se preguntará a la mujer que se situó en el rol de madre acerca de cuáles han sido sus sentimientos ante la actitud mostrada por su hija. También se preguntará a los demás padres y madres sobre cómo se habrían sentido ellos en esa situación, y si creen que ocurren situaciones parecidas cuando un chico o una chica cuenta en casa algún problema o preocupación.

Síntesis de la actividad

La síntesis que realice el/la coordinador/a de esta situación tiene que contar con los siguientes contenidos (que se apoyan en la transparencia 4.14):

- ● La situación anterior es frecuente en las relaciones entre progenitores y adolescentes y está llena de muchos de los obstáculos que aparecen en la comunicación, lo que va a hacer que hijas e hijos tiendan a evitar este tipo de situaciones que acaban siendo negativas e incómodas.

- ● Es importante apoyar al chico o a la chica en sus problemas y dificultades. En muchas ocasiones padres y madres tienden a infravalorar los problemas

de sus hijos e hijas, por considerar que, comparados con los problemas que ellos deben afrontar, son asuntos sin importancia. Sin embargo, para el chico o la chica una discusión con un amigo o con su pareja puede representar una situación muy traumática que requiera del apoyo y la comprensión parental, especialmente en la adolescencia temprana.

- Hay que destacar la importancia que tiene el saber escuchar, algo que requiere mostrar un interés real por lo que cuenta el hijo o la hija, mirarle a los ojos, dejar de lado cualquier otra actividad , y darle tiempo para que se exprese con tranquilidad, sin interrumpir continuamente lo que está contando.

- Como comentamos en la actividad anterior, es importante evitar los consejos y sermones continuos. ¿Contaríamos nuestros problemas y preocupaciones a un amigo que siempre aprovechara la situación para «largarnos» un sermón?

ACTIVIDAD 3

Mostrando afecto

Duración aproximada	20 minutos
Objetivos	Ser conscientes de la necesidad de afecto que los y las adolescentes siguen teniendo. Conocer las diferentes maneras de mostrar afecto en la infancia y en la adolescencia.
Materiales	Pizarra. Rotuladores.

Desarrollo de la actividad: Expresión de afecto

El coordinador dibujará en la pizarra un cuadro como el siguiente:

Afecto hasta los 10 años	Afecto después de los 10 años
Besos	Abrazos
Arrumacos	Halagos
...	...

Seguidamente, explicará a los y las participantes en qué consiste la actividad: *«A continuación vamos a reflexionar sobre la manera en la que mostramos el afecto que sentimos hacia nuestros hijos e hijas y cómo esas muestras de afecto deben ir cambiando a lo largo de los años. En la pizarra podéis ver dos cuadros; cada uno de ellos pertenece a una edad: más o menos hasta los 10 años y después de los 10 años. Tenemos entre todos y todas que tratar de identificar las diferentes muestras de afecto que los padres y madres pueden utilizar con sus hijos e hijas antes de que cumplan los 11 años y las que necesitan posteriormente. Por ejemplo (el coordinador lee los ejemplos de la tabla)»*

A continuación, los y las asistentes van diciendo en voz alta palabras que reflejan cómo expresan el afecto a niños y niñas menores de 10 años y a chicas y chicos mayores.

Síntesis de la actividad

Una vez que se hayan terminado de sugerir distintas muestras de afecto y cariño, el/la coordinador/a, apoyándose en las transparencias 4.15 a 4.17, realizará una síntesis o resumen en la que deben quedar claras las siguientes ideas:

- A pesar de que a partir de los 11-12 años la mayoría de los niños y niñas empiezan a mostrar ciertas señales de autonomía con respecto a sus padres y madres, y parecen depender menos de ellos, su afecto y apoyo sigue siendo tan necesario como lo era durante la niñez. Durante los años de la adolescencia chicos y chicas deberán afrontar muchos retos y tareas evolutivas que en muchos casos les crearán bastante estrés e inseguridad, por lo que el sentirse queridos y apoyados por su familia les ayudará bastante a resolver de forma exitosa estas tareas.

- Es frecuente, especialmente durante la transición de la niñez a la adolescencia, que padres y madres sigan tratando a sus hijas e hijos como lo hacían durante los años anteriores, con expresiones afectuosas, besos y achuchones. Cuando estas manifestaciones tienen lugar en público, delante de sus amigos, resultarán muy embarazosas para un o una adolescente que está en pleno proceso de individuación, por lo que las rechazará abiertamente. Por lo tanto, es importante que se eviten estas expresiones públicas de afecto y se reserven para momentos más íntimos. Pensemos, por ejemplo, la vergüenza que puede sentir un chico de 12 años que sentado en el autobús y dispuesto para iniciar una excursión de varios días con su colegio observa atónito como su madre sube al autobús para darle un beso de despedida mientras le dice: «Cariñín, aquí tienes el bocadillo que te lo ha preparado mamá como a ti te gusta».

- Madres y padres deben buscar alternativas para demostrar su amor a los hijos e hijas, porque, aunque a veces lo olvidemos, siguen necesitando sentirse queridos y apoyados en su familia. No obstante, habrá algunos momentos, especialmente durante la adolescencia temprana, en los que el chico o la chica se sienta inseguro y necesite manifestaciones más estrechas de cariño. Hay que tener en cuenta que en estos momentos iniciales el chico o la chica adolescente va a mostrar una cierta ambivalencia entre la autonomía hacia sus padres y madres y la dependencia afectiva. Los padres y madres deben ser conscientes de esto e intentar llegar a un equilibrio para manifestar afecto a sus hijas e hijos sin presionarlos o agobiarlos.

ACTIVIDAD 4

Para terminar... ¿Qué hemos aprendido hoy?

Esta actividad final se llevará a cabo para afianzar lo que han aprendido padres y madres en esta sesión. El/la coordinador/a iniciará una breve discusión dirigida que girará en torno a las siguientes preguntas:

- 1 De lo que habéis visto hoy, ¿qué es lo que más os ha llamado la atención?
- 2 ¿Qué creéis que habéis aprendido?
- 3 ¿De qué creéis que os puede servir todo este aprendizaje? ¿Le veis alguna aplicación a vuestra vida diaria?

Tras aproximadamente 10 minutos, el coordinador resumirá lo que han aprendido en la sesión con ayuda de la transparencia 4.18:

- ● Hemos profundizado en los Estilos Educativos, trabajando el afecto y la comunicación.

- ● Hemos identificado los aspectos de nuestro comportamiento que dificultan la comunicación con nuestros hijos e hijas (no escuchar, no comprenderlos, regañarles antes de escucharlos...)

- ● Hemos aprendido estrategias para facilitar la comunicación con nuestros hijos (escuchar, evitar reaccionar de forma muy impulsiva, comprender...)

- ● Hemos reflexionado sobre el hecho de que aunque los y las adolescentes siguen necesitando el afecto de sus madres y padres, este afecto debe expresarse de forma diferente a como se expresaba en la infancia (es importante que se sientan queridos pero no debemos exagerar las muestras de cariño, y menos en público)



ANEXOS



ANEXO 3.1

Viñetas

Dibujar las diferentes viñetas

Viñeta 1: Horarios

En la imagen se representa a un chico de 13 años cerrando la puerta de su casa con mucho sigilo. Un reloj en el fondo marca la 1 y se puede observar a ambos padres esperándolo cruzados de brazos y con cara de enfado. Normalmente, la hora de recogida es a las 23:30h, exceptuando la feria, lo que no es el caso.

Por otra parte, el chico no ha avisado de que llegaría tarde y, para colmo, no llevaba el móvil encima.

Viñeta 2: Problemas con el consumo de sustancias

En la imagen se representa a una chica de 14 años con varios amigos de su misma edad en un parque haciendo una botellona. Están bebiendo y fumando. Los padres habían salido a pasear por una zona que no conocían mucho y, de repente, se han encontrado con su hija. Ambos se quedan boquiabiertos porque no se lo esperaban. La chica aún no les ha visto.

Viñeta 3: Problemas de conducta

En la imagen se representa una llamada telefónica de la directora del centro de estudios que habla con uno de los padres, le está diciendo que su hija de 12 años ha faltado hoy a clase, este padre/madre le dice muy enfadado/a: «¡¿Cómo que mi hija no ha ido hoy a clase?!». En ese momento, esta chica está entrando en casa.

ANEXO 3.2 A

Fragmentos de pensamientos

Fragmento de los pensamientos de un chico de 14 años:

Fragmento de los pensamientos de un chico de 14 años:

«Otra vez el mismo interrogatorio del domingo a mediodía: «¿dónde fuiste anoche?, ¿con quién estuviste?, ¿qué hiciste?, ¿viste a esa chica que te llama tanto por teléfono?», ¡qué pesadilla! Y encima se enfadan cuando les contesto: «Donde siempre. Con mis amigos. Lo de siempre. No, no la vi, ¡dejad ya de preguntarme!». Lo peor de todo es que no me siento bien porque les estoy mintiendo..., ¿cómo voy a decirles que sí, que estuve con esa chica que es mayor que yo y que estuvimos dando vueltas con su nueva moto? Además, como su familia no es la mejor del barrio van a pensar que ella es igual y no van a comprender que para mí es muy especial. Pero ¡no! No les voy a decir nada porque sólo escuchan lo que quieren oír: si fumo, si monto en moto o si salgo con alguna chica. No quiero mentirles, pero no tengo otra salida porque me tendrían castigado todos los fines de semana, pero ¡qué falso me siento!»

Después de leer el fragmento anterior, contestad a las siguientes preguntas:

- 1 ¿Cómo creéis que se sentirá el chico al tener estos pensamientos?
- 2 Cuando teníais más o menos su edad, ¿os ocurrió algo parecido?
- 3 ¿Cuál creéis que podría ser la mejor alternativa para guiarlos y supervisar su conducta?

ANEXO 3.2 B

Fragmentos de pensamientos

Fragmento de los pensamientos de una chica de 15 años:

Fragmento de los pensamientos de un chica de 15 años:

«¡Siempre igual! ¡Porque lo digo yo! ¡Qué asco! Esa es la explicación favorita de mi padre: «¡porque lo digo yo!» o «¡Porque mientras vivas en esta casa debes seguir nuestras normas!» ¡Qué bien!, unas normas que no se explican... A todas mis amigas las dejan salir esta noche hasta más tarde porque es la fiesta del pueblo, ¿Por qué yo tengo que llegar antes de las 12? Pues porque lo dicen unas personas que se creen que tengo 5 años. Yo sé que tienen sus razones: que me puede pasar algo, que no es seguro estar hasta tan tarde en la calle, que están mas tranquilos si estoy durmiendo en mi cuarto... pero ¿y yo qué?, ¿qué pinto yo en todo esto? Mi padre con decirme: «¡cállate y vete a tu cuarto, no tenemos nada más que hablar, ya está decidido!» tienen bastante. Si me dejaran darle mis razones: que es peor volver sola, que a todos mis amigos y amigas les dejan, que sé muy bien lo que me hago, que me estoy haciendo mayor ... Yo creo que ese es el problema, que no se dan cuenta de que me estoy haciendo mayor, ¡me siento tan mal sin poder hacer nada!»

Después de leer el fragmento anterior, contestad a las siguientes preguntas:

- 1 ¿Cómo creéis que se sentirá la chica al tener estos pensamientos?
- 2 Cuando teníais más o menos su edad, ¿os ocurrió algo parecido?
- 3 ¿Cuál creéis que podría ser la mejor alternativa para guiarlos y supervisar su conducta?

ANEXO 3.2 C**Fragmentos de pensamientos**

Fragmento de los pensamientos de un chico de 15 años:

Fragmento de los pensamientos de un chico de 15 años:

«¡Qué asco! ¿Cuándo va a dejar de decirme esas cosas? Es que odio que me diga eso: «¡me vas a quitar del mundo! Con todo lo que yo te quiero y mira cómo me lo pagas. Te parecerá bonito, ¿no?, ayer no puede dormir en toda la noche por tu culpa, sólo de pensar qué estarías haciendo en casa cuando os cogí a ti y a esa chica con la que sales ayer besándoos en el sofá. Y menos mal que no se lo dije a tu padre, que siempre intento que no se entere de nada». ¡Pues que se entere!, él también es mi padre, ¿no? Tampoco es tan horrible que haya besado a mi novia en mi casa, ¡vamos! Como si ellos con mi edad nunca lo hubieran hecho... Yo creo que lo que a mi madre le da miedo es que me pase igual que a ellos, que se quedó embarazada y se tuvieron que casar, pero ¿qué va a pasar por darle besos a mi novia? Además, si tenemos que ir más lejos dentro de un tiempo, tomaremos precauciones. Y es que mi madre me tiene amargado, porque desde siempre esa es su estrategia para hacerme sentir culpable cuando no hago lo que ella quiere. Yo la quiero mucho y me da pena decirlo, pero me he acostumbrado, y sus reproches ya ni me duelen. Aunque creo que no es tan terrible lo que hago a veces siento que soy una mala persona.»

Después de leer el fragmento anterior, contestad a las siguientes preguntas:

- 1** ¿Cómo creéis que se sentirá el chico al tener estos pensamientos?
- 2** Cuando teníais más o menos su edad, ¿os ocurrió algo parecido?
- 3** ¿Cuál creéis que podría ser la mejor alternativa para guiarlos y supervisar su conducta?

ANEXO 4.1

Ficha 1.1: Cambios en vuestros chicos y chicas

Leed el siguiente diálogo sobre el que trabajaremos a continuación:

Laura (15 años): Hola mamá.

Madre: ¿Qué tal te ha ido el día?

Laura: (Muy excitada) ¡No te vas a creer lo que me ha pasado!

Madre: Pues no sé. ¿Has sacado alguna buena nota?

Laura: No se trata de eso. ¡Algo mucho mejor!

Madre: Como no me des alguna pista...

Laura: ¿Te acuerdas de Jorge?

Madre: ¿No es ese chico moreno de tu clase que tú dices que es tan guapo?

Laura: Ese mismo. Pues hoy me ha dicho que le gusto mucho, y que quiere que salgamos el viernes.

Madre: Y tú, ¿qué le has dicho?

Laura: Al principio le dije que me lo iba a pensar. Pero luego hemos seguido hablando, y hablando... y he terminado diciéndole que sí. Incluso ha habido algo más.....

Madre: Pero bueno, no te hagas de rogar, cuenta, cuenta....

Laura: Hemos acabado morreando...

Madre: ¡Laura, no hables así!

Laura: Pues eso, que nos hemos estado besando,...y abrazando.

Madre: Vaya. Pues sí que va rápida la cosa. ¿Y cuándo ha sido eso?

Laura: Pues esta misma mañana.

Madre: ¿Y cómo ha sido esta mañana? ¿A qué hora? (Comenzando a inquietarse)

Laura: Bueno, todo empezó en el recreo. Y estuvimos cerca de dos horas...

Madre: (interrumpiendo bruscamente y enfadada) ¿Cómo que dos horas? ¿Es que hoy no has tenido clase? ¿No me dirás que has faltado?

Laura: (enfadada y justificándose) Sí que he faltado, había clase de Sociales. Pero creo que esto que me estaba pasando era más importante.

Madre: (Colérica) ¡Cómo que más importante! Luego suspenderás, y veremos qué es lo que es más importante. Tú sigue así y ya verás lo que haces con tu vida. Eres tonta perdida. Yo ya te conozco y sé que eres una cabeza loca.

Laura: (Gritando) ¡¡ No me van a suspender por eso!! No debería haberte contado nada ¡Tú nunca me entiendes!

A continuación, intentad en grupo contestar a las siguientes preguntas:

¿Qué errores creéis que comete la madre a la hora de comunicarse con la hija?

¿Qué creéis que se podría hacer para resolver esta situación sin que se bloquee la comunicación?

ANEXO 4.2 A

Texto A

¿Qué errores creéis que comete la madre en esta situación?

TEXTO A

Madre: ¿Qué tal la clase de mates de hoy?

Jorge: Muy bien, lo poco que ví.

Madre: ¿Qué quieres decir?

Jorge: La profe me echó de clase y me mandó a dirección.

Madre: ¡Pero bueno!, ¿qué fue lo que hiciste?

Jorge: Yo no hice nada

Madre: ¡Como que no hiciste nada!, ¡algo harías!. No te echan de clase por nada.

Jorge: Siempre tiene que ser mi culpa. ¿No puede equivocarse el profesor?

Madre: ¡Como va a equivocarse el profesor! Tú no eres un santo. Pero, ¿qué conversación es esta? Ahora mismo me cuentas todo lo que pasó.

Jorge: ¡Bah! Me voy a mi cuarto.

ANEXO 4.2 B

Algunos errores cometidos

A continuación podemos ver algunos de los errores que comete la madre.

TEXTO B

Madre: ¿Qué tal la clase de mates de hoy?

Jorge: Muy bien, lo poco que ví.

Madre: ¿Qué quieres decir?

Jorge: La profe me echó de clase y me mandó a dirección.

Madre: ¡Pero bueno!, ¿qué fue lo que hiciste? (*Ataque*)

Jorge: Yo no hice nada (*Defensa*)

Madre: ¡Como que no hiciste nada! ¡algo harías!. No te echan de clase por nada. (*Segundo ataque, la conversación no marcha nada bien*)

Jorge: Siempre tiene que ser mi culpa. ¿No puede equivocarse el profesor? (*Contraataque: buscando una salida*)

Madre: ¡Como va a equivocarse el profesor!. Tú no eres un santo. Pero ¿qué conversación es esta? Ahora mismo me cuentas todo lo que pasó. (*Tercer ataque. Conversación casi destruida*)

Jorge: Bah. Me voy a mi cuarto

ANEXO 4.2 C

Posible resolución de la situación

A continuación podemos ver una posible solución de la situación.

TEXTO C

Madre: ¿Qué tal la clase de mates de hoy?

Jorge: Muy bien, lo poco que ví.

Madre: ¿Qué quieres decir?

Jorge: La profe me echó de clase y me mandó a dirección.

Madre: ¿Qué pasó? *(Pregunta ¿qué pasó? en lugar de ¿qué hiciste?)*

Jorge: Pablo destrozó el trabajo que yo estaba haciendo.

Madre: ¡Oh no! *(Expresa empatía y comprensión)*

Jorge: Sí, y yo me cabreé y le dí un empujón

Madre: ¿Y el profesor te echó entonces? *(El énfasis se pone en lo ocurrido, y se empatiza con Jorge, en lugar de aprovechar la ocasión para dar una reprimenda por algo que ya sancionó el profesor)*

Jorge: Sí.

Madre: ¿Qué pasó luego?

Jorge: Nada más. Pero por esa tontería me perdí la explicación y ahora tendré que preguntarle a Luis. Además, el profe seguro que me coge manía.

Madre: Seguro que puedes hacer algo. ¿No se te ocurre nada? *(Evita dar alguna solución demasiado pronto y ayuda a buscar alternativas)*

Jorge: Tal vez debería hablar con él mañana y explicarle lo que pasó.

Madre: Muy bien, no es la primera vez que Pablo te hace una faena, así que yo creo que no deberías juntarte más con él. ¿Qué otra cosa pasó hoy? *(Da un ligero consejo y deriva la conversación hacia otro tema)*

ANEXO 4.2 C

•• Guión para la persona voluntaria que hace de MADRE

Madre: Eres una mujer de 45 años que trabaja como administrativa en una empresa de seguros y eres madre de una chica adolescente de 14 años y de un niño de 8. Llegas a casa muy preocupada y le comentas a tu hija que te quieren echar del trabajo. Además, piensas que tus jefes te están acosando, ya que no valoran tu trabajo y te han empezado a retirar tareas que antes solías hacer a menudo. Esta misma mañana has tenido una importante discusión con tu jefe que te ha dejado muy nerviosa, ya que ha amenazado con despedirte. No sabes muy bien qué hacer, has llamado a tu marido por teléfono pero no has conseguido hablar con él, por lo que necesitas desahogarte con tu hija. Pero ella no te presta la más mínima atención, lo que te pone aún más nerviosa.

•• Guión para la persona voluntaria que hace de HIJA:

Hija: Eres una chica adolescente de 14 años estudiante de 2º de ESO. Cuando tu madre llega a casa preocupada estás haciendo los deberes, por lo que no prestas demasiada atención a lo que ella te cuenta, así, apenas si le miras a la cara y sigues con tus cosas. Además, tratas de hacerle ver a tu madre que como siempre se preocupa por tonterías, y le comentas que no importa demasiado un trabajo que otro, y que será mejor que se busque otra cosa. No demuestras demasiada empatía o comprensión hacia su estado de ánimo y no intentas consolarla, ya que quieres seguir con lo que estabas haciendo. Algo más adelante y ante la insistencia de tu madre cambias de actitud, y de alguna manera tratas de regañarla y culpabilizarla comentándole que algo malo debe haber hecho ella para que sus jefes no estén contentos con su trabajo. Por último, debes terminar sermoneándola, diciéndole que debería ser un poco más cuidadosa y responsable y esforzarse más en su trabajo.



TRANSPARENCIAS



SESIÓN 3: ESTILOS EDUCATIVOS I: CONTROL, ESTABLECIMIENTO DE LÍMITES Y FOMENTO DE LA AUTONOMÍA

¿QUÉ VAMOS A APRENDER?

- Qué aspectos de nuestro comportamiento como madres y padres facilitan el desarrollo adolescente y el funcionamiento familiar
- Las ventajas e inconvenientes de los diferentes Estilos Educativos
- A comunicarnos de forma más eficaz con nuestros hijos e hijas y a mostrarles afecto
- A reflexionar sobre cómo podemos establecer límites y promover su autonomía, cómo controlar y cómo supervisar su conducta

Transparencia 3.1

ESTILOS EDUCATIVOS

- Dimensiones básicas:
 - Afecto / Comunicación
 - Supervisión de la conducta
 - Fomento autonomía



El estilo educativo no es una característica personal, sino de la relación entre madres/padres e hijos/as.

Transparencia 3.2

ESTILOS EDUCATIVOS

	Afecto / Comunicación	
	Alto	Bajo
Supervisión / Establecimiento de límites	Alto	Democrático
	Bajo	Autoritario
	Bajo	Indiferente

Transparencia 3.3

CONSECUENCIAS DE LOS ESTILOS PARENTALES (I)

HIJOS/AS DE PADRES Y MADRES PERMISSIVOS

- + Confianza en ellos mismos
- + Bienestar y buena autoestima






- Problemas de conducta
- Abuso de drogas
- Dificultades para controlar sus impulsos

Transparencia 3.4

CONSECUENCIAS DE LOS ESTILOS PARENTALES (II)

HIJOS/AS DE PADRES Y MADRES AUTORITARIOS

- + Obedientes
- + Orientados al trabajo
- + Buen rendimiento escolar





- Problemas emocionales
- Síntomas depresivos
- Poca confianza en sí mismos
- A veces hostiles y rebeldes

Transparencia 3.5

CONSECUENCIAS DE LOS ESTILOS PARENTALES (III)

HIJOS/AS DE PADRES Y MADRES INDIFERENTES



- Muchos problemas de conducta
- Problemas escolares
- Problemas psicológicos
- Abuso de drogas

Transparencia 3.6

CONSECUENCIAS DE LOS ESTILOS PARENTALES (IV)

HIJOS/AS DE PADRES Y MADRES DEMOCRÁTICOS

- + Niveles más altos de autoestima
- + Buena actitud y rendimiento escolar
- + Mayor motivación
- + Menor frecuencia de abuso drogas
- + Menos conformistas ante la presión de los iguales
- + Menos problemas de conducta
- + Buena salud mental



Transparencia 3.7

PADRE O MADRE DEMOCRÁTICO

1. Proporciona afecto y cariño
2. Facilita el establecimiento de cauces positivos de comunicación
3. Supervisa la conducta del hijo o hija y le exige responsabilidades
4. Es flexible y se ajusta a las nuevas necesidades del hijo o hija
5. Fomenta la autonomía

Transparencia 3.8

PADRE O MADRE DEMOCRÁTICO



Es importante saber que no es igual de fácil ser democrático/a en **TODO MOMENTO** ni en **TODAS LAS SITUACIONES** ni con **TODOS LOS Y LAS ADOLESCENTES**

Transparencia 3.9

ESTABLECIMIENTO DE LÍMITES (I)

Aspectos importantes

1. Supervisar y guiar el comportamiento del hijo/a
2. Establecer límites claros:
 - Ajustados a la edad y al grado de madurez adolescente
 - Razonados, justificados y contando con la opinión de la hija/o
3. Establecer normas
 - Necesarias
 - Flexibles
 - Que hayan sido construidas conjuntamente por madres/padres y adolescentes

HACER TODO LO ANTERIOR ESTIMULANDO LA AUTONOMÍA ADOLESCENTE

Transparencia 3.10

ESTABLECIMIENTO DE LÍMITES (II)

ESTABLECER NORMAS PERMITIENDO LA AUTONOMÍA ADOLESCENTE

Necesario para el adecuado desarrollo adolescente y para su bienestar

No permitimos esa autonomía cuando mostramos

ESTILO SOBRE-PROTECTOR

↓

Inmadurez
Vulnerabilidad

CONTROL PSICOLÓGICO

↓

Dificultades emocionales

Transparencia 3.11





SUPERVISAR Y GUIAR LA CONDUCTA. Recordamos:

1. Negociando, justificando y razonando los límites
2. Escuchando activamente a chicos y chicas
3. Creando un clima de cercanía y confianza que permita la comunicación espontánea del hijo/a
4. Garantizando su autonomía
5. Evitando:
 1. El estilo sobre-protector
 2. Las estrategias de control psicológico



Transparencia 3.12

¿QUÉ HEMOS APRENDIDO HOY?

-  Algunos aspectos de nuestro comportamiento como padres que facilitan el desarrollo adolescente y el buen funcionamiento familiar
-  Las ventajas del Estilo Educativo Democrático
-  Cómo establecer límites y normas
-  Cómo controlar y supervisar la conducta de nuestro hijo o hija respetando su autonomía

Transparencia 3.13

SESIÓN 4: ESTILOS EDUCATIVOS II: AFECTO Y COMUNICACIÓN

¿QUÉ VAMOS A APRENDER?

- Vamos a seguir profundizando en los Estilos Educativos, trabajando sobre la importancia del afecto y la comunicación
- Vamos a identificar qué aspectos del comportamiento de padres y madres dificultan la comunicación con sus hijas e hijos
- Vamos a aprender algunas estrategias para facilitar la comunicación con las y los adolescentes
- Vamos a reflexionar sobre los cambios que deben experimentar las manifestaciones de afecto por parte de madres y padres en el periodo de la adolescencia

Transparencia 4.1

COMUNICACIÓN

Muchos padres y madres tienen problemas en la comunicación con sus hijas o hijos

↓

Hay elementos que dificultan la comunicación de los que a veces no nos damos cuenta

↓

Estos elementos pueden generar DISTANCIAMIENTOS entre progenitores y adolescentes

Transparencia 4.2

BARRERAS EN LA COMUNICACIÓN

Durante la adolescencia se vuelve más difícil la comunicación familiar

↓

¿Por qué?



Transparencia 4.3

BARRERAS EN LA COMUNICACIÓN: CAUSAS

Posibles causas por parte de madres/padres	Posibles causas por parte de chicas/os
<ul style="list-style-type: none"> • A veces no dialogamos con ellos/as, sino que les damos lecciones • Las/os escuchamos poco y los criticamos mucho • Hablamos sólo de asuntos problemáticos (desorden, malas notas...), creando así estrés en la relación 	<ul style="list-style-type: none"> • Suelen ser excesivamente celosos/as de su intimidad • Exigen de nuestra parte relaciones más simétricas • Sienten que no los/as escuchamos y piensan que no los/as entendemos

Transparencia 4.4

COMUNICACIÓN (I)

Al comienzo de la adolescencia madres y padres controlan excesivamente a sus hijas/os, y siguen actuando como si estuvieran en la infancia

↓ 

Este afán de control puede deteriorar la comunicación

Podemos exagerar el alcance de un problema, reaccionar de manera muy intensa y dificultar la comunicación	Es importante tener una buena comunicación que permita a los/as adolescentes hablar de sus asuntos espontáneamente
---	--

Transparencia 4.5

SITUACIÓN COMUNICATIVA 1

¿QUÉ PASA ENTRE LAURA Y SU MADRE?

- Madres y padres suelen mostrarse muy controladores en la adolescencia temprana
- La madre de Laura reacciona de manera negativa y demasiado emocional
- Es una reacción comprensible pero no muy adecuada




Transparencia 4.6

SITUACIÓN COMUNICATIVA 1

¿QUÉ DEBERÍA HACER LA MADRE?

- 1) Intentar mantener la calma, ponerse en el lugar de Laura y hacer un esfuerzo por entenderla
- 2) Valorar positivamente que su hija haya confiado en ella
- 3) Hablar con ella en otro momento del hecho de faltar a clase
- 4) Evitar regañar a Laura en exceso. La chica dudará si contarle cosas personales en el futuro



Transparencia 4.7

COMUNICACIÓN (II)

Hay reacciones que como padres y madres se deben evitar, como culpabilizar y regañar antes de escuchar

INCONVENIENTES

Que la comunicación familiar se convierta en una situación negativa a evitar por el chico o la chica

Puede tener un efecto negativo sobre el bienestar emocional de madres, padres y adolescentes

Transparencia 4.8

COMUNICACIÓN (III)

Tenemos que ser conscientes de que nuestra sociedad tiende a culpabilizar a los y las adolescentes

También debemos saber que la adolescencia es un periodo en el que chicos y chicas son especialmente sensibles a las críticas



Transparencia 4.9

SITUACIÓN COMUNICATIVA 2

¿QUÉ PASA ENTRE JORGE Y SU MADRE?

- Esta situación es bastante frecuente en las relaciones entre madres o padres e hijos/as
- La madre culpa al chico y le regaña antes de escuchar su explicación. Es una reacción común pero no muy adecuada



Transparencia 4.10

SITUACIÓN COMUNICATIVA 2

¿QUÉ DEBERÍA HACER LA MADRE?

- 1) Evitar reaccionar de forma tan impulsiva e intentar mantener la tranquilidad
- 2) Es fundamental el uso de **preguntas impersonales**, que no atribuyen culpabilidad:

+SI: ¿Qué pasó?
 +NO: ¿Qué hiciste?

• Las/os adolescentes son especialmente sensibles a las evaluaciones negativas, más si provienen de sus madres o padres. Las críticas excesivas pueden contribuir al deterioro de la comunicación familiar

Transparencia 4.11

ESTILOS EDUCATIVOS: IDEAS CLAVES (I)

El Estilo Educativo que más favorece el desarrollo adolescente es el DEMOCRÁTICO

¿Por qué?

Porque proporciona afecto y comunicación

Porque ayuda a nuestros hijos e hijas a ser más autónomos/as

Porque implica supervisión y establecimiento de límites




Transparencia 4.12

ESTILOS EDUCATIVOS: IDEAS CLAVES (II)

- 1) Debemos evitar la sobreprotección y el control psicológico
- 2) Es importante crear un clima familiar de confianza que facilite la comunicación espontánea del chico o la chica
- 3) Las normas deben ser razonadas y estar consensuadas y justificadas
- 4) El estilo educativo es una característica de la relación

Podemos aprender a actuar según el Estilo Democrático



Transparencia 4.13

HABLANDO DE SUS COSAS

A veces madres y padres pueden infravalorar los problemas de sus hijos/as por considerarlos poco importantes

Debemos escucharle, mirarle a los ojos y darle tiempo para que se exprese con tranquilidad, sin interrumpirle continuamente. Además, tenemos que ponernos en su lugar para entender cómo se siente

Es importante evitar los consejos y los sermones continuos que pueden provocar un bloqueo de la comunicación

Es importante apoyar a los/as adolescentes en sus problemas y dificultades

Transparencia 4.14

EL AFECTO (I)

Durante la adolescencia, chicos y chicas tendrán que enfrentarse a retos y tareas evolutivas que serán fuente de estrés e inseguridad



Sentirse queridos y apoyados les ayudará a resolver de forma exitosa estas tareas

Transparencia 4.15

● ● **ESTILOS EDUCATIVOS**

EL AFECTO (II)

- Es frecuente que muchos padres y madres sigan tratando a sus hijos a los 11 o 12 años como lo hacían cuando eran pequeños: con besos, achuchones... en público
- Es importante evitar esas expresiones de afecto en público y reservarlas para momentos más íntimos
- Existen muchas alternativas para demostrar el cariño

Transparencia 4.16

EL AFECTO (III)

Habrán momentos al principio de la adolescencia en los que el chico o la chica se sienta inseguro y necesite manifestaciones más estrechas de cariño



En estos primeros momentos chicas y chicos pueden mostrar ambivalencia entre:

- sentirse autónomos de sus progenitores
- depender afectivamente de ellos

Transparencia 4.17

¿QUÉ HEMOS APRENDIDO HOY?

- Hemos profundizado en los Estilos Educativos, trabajando el tema del afecto y la comunicación
- Hemos identificado algunos aspectos de nuestro comportamiento que dificultan la comunicación con hijos e hijas
- Hemos aprendido estrategias para facilitar la comunicación con nuestros hijos e hijas
- Hemos reflexionado sobre la necesidad de cambiar nuestra forma de expresar afecto a las y los adolescentes

Transparencia 4.18



JUNTA DE ANDALUCÍA