

Crisis adolescentes y familia

Taller de Formación de formadores

Dra. Raquel-Amaya Martínez González
raquelamaya@gmail.com

Dpto. Ciencias de la Educación
Universidad de Oviedo

Función Social de la Familia:

La Familia como Contexto Social, Educativo y de Aprendizaje

Está universalmente aceptado que, **de darse las condiciones adecuadas**, la familia puede contribuir al:

- **Desarrollo humano y personal** de todos sus miembros, menores y adultos, en todas sus etapas de desarrollo
- **Desarrollo Social**, dada su función socializadora y su capacidad para generar **capital social**.

Dimensión Pública de la Familia
Necesidad de apoyo por parte de la sociedad

Modelo del Desarrollo de la Familia

Etapas de la vida familiar (Duvall y Hill)

- 0. **Establecimiento de la Pareja: Noviazgo**
- 1. **Consolidación de la Pareja: recién casados sin hijos**
- 2. **Crianza: hasta los tres años de edad del primer hijo**
- 3. **Etapa del Preescolar: hijo mayor de 3 a 6 años**
- 4. **Etapa Escolar: hijo mayor de 6 a 12 años**
- 5. **Etapa del hijo Adolescente: hijo mayor de 13 a 20 años**
- 6. **Etapa de la familia con Adultos Jóvenes: hijo mayor con más de 20 años viviendo aún con los padres**
- 7. **Etapa de la Dispersión: desde que el primero al último hijo marchan de casa**
- 8. **Etapa de la Casa Vacía: segunda etapa de pareja hasta la muerte de los esposos**

DIVERSIDAD FAMILIAR

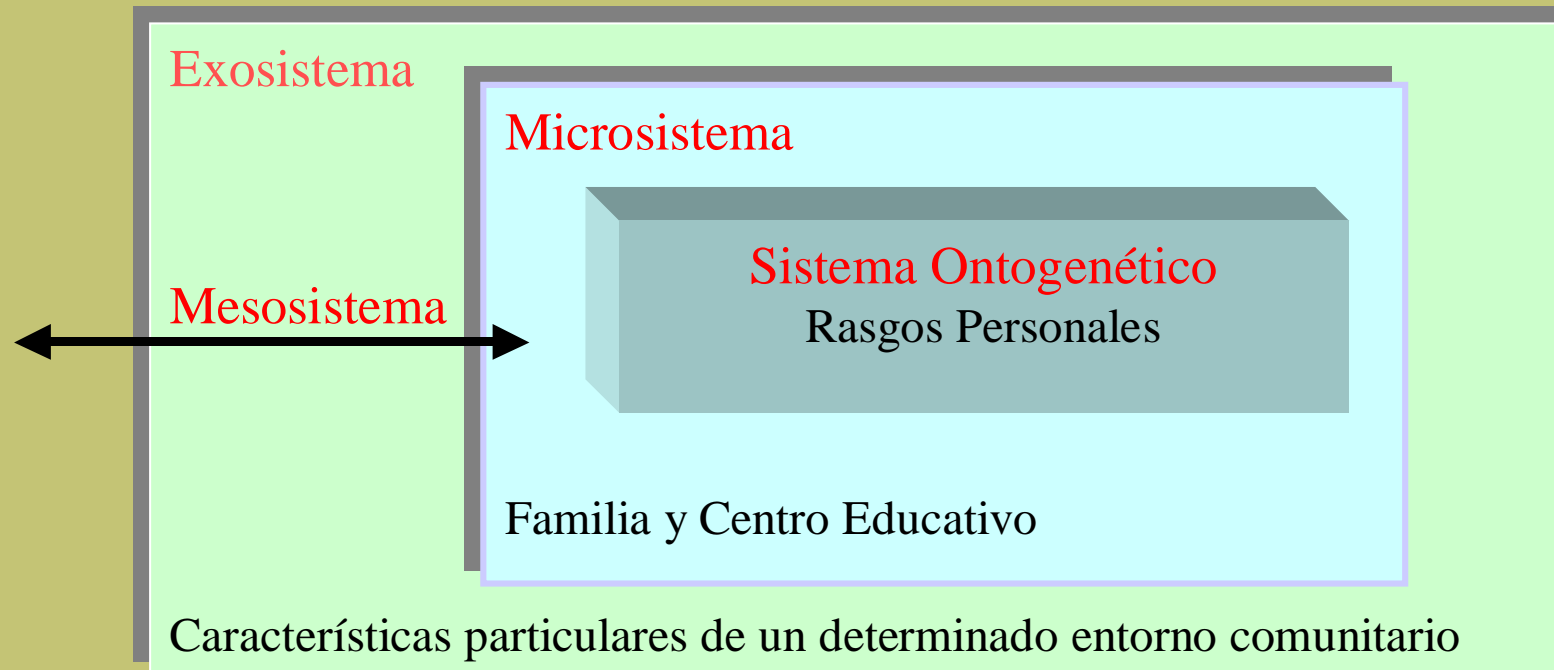
Formas de convivencia familiar	<ul style="list-style-type: none">▪ Familias Biparentales▪ Familias Extensas▪ Familias en proceso de separación/divorcio▪ Familias Monoparentales▪ F. Reconstituidas▪ Familias con diversidad cultural-Multiculturalidad
Educación familiar	<ul style="list-style-type: none">▪ Ciclo vital de la familia▪ Relación familia-escuela
Familia y necesidades educativas especiales	<ul style="list-style-type: none">▪ F. Con personas con discapacidad psíquica▪ F. Con personas con discapacidad física▪ F. Con personas con discapacidad sensorial▪ F. Con personas con altas capacidades intelectuales
Familias en situación de riesgo social	<ul style="list-style-type: none">▪ F. y drogodependencias▪ Violencia familiar▪ F. y delincuencia▪ Embarazos prematuros en adolescentes
Familia, trabajo y vida laboral	Conciliación vida familiar, personal y laboral

Modelo Ecológico del Desarrollo Humano

(Bronfenbrenner, 1979)

Macrosistema

Valores, principios y normas de un determinado grupo social



Marco referencial de las competencias emocionales

Goleman, D. y Cherbiss, C. (2005). *Inteligencia emocional en el trabajo*. Barcelona, Kairós.

	Uno mismo (competencia personal)	En los demás (competencia social)
Reconocimiento	Conciencia de uno mismo <ul style="list-style-type: none">•Autoconciencia emocional•Valoración adecuada de uno mismo•Confianza en uno mismo	Conciencia Social <ul style="list-style-type: none">•Empatía•Orientación hacia el servicio•Conciencia organizativa
Regulación	Autogestión <ul style="list-style-type: none">•Autocontrol emocional•Fiabilidad•Meticulosidad•Adaptabilidad•Motivación de logro•Iniciativa	Gestión de las relaciones <ul style="list-style-type: none">•Desarrollar y estimular a los demás•Influencia•Comunicación•Resolución de conflictos•Liderazgo con visión de futuro•Catalizar los cambios•Establecer vínculos•Trabajo en equipo y colaboración

PROGRAMA-GUÍA PARA EL DESARROLLO DE COMPETENCIAS EMOCIONALES, EDUCATIVAS Y PARENTALES

Autora:

Dra. Raquel-Amaya Martínez González

Facultad y Departamento de Ciencias de la Educación
Universidad de Oviedo

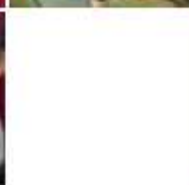
MINISTERIO DE SANIDAD Y POLÍTICA SOCIAL
SECRETARÍA GENERAL DE POLÍTICA SOCIAL Y
CONSUMO
DIRECCIÓN GENERAL DE POLÍTICA SOCIAL DE LAS
FAMILIAS Y DE LA INFANCIA

PROGRAMA-GUÍA PARA EL DESARROLLO DE COMPETENCIAS EMOCIONALES, EDUCATIVAS Y PARENTALES

MINISTERIO DE SANIDAD Y POLÍTICA SOCIAL
SECRETARÍA GENERAL DE POLÍTICA SOCIAL Y CONSUMO
DIRECCIÓN GENERAL DE POLÍTICA SOCIAL DE LAS FAMILIAS Y DE LA INFANCIA
Autora: Dra. Raquel-Amaya Martínez González
© Edita:
Secretaría General Técnica



Catálogo de www.msps.es
Edición 2009
NIPO: 660-09
Depósito Leg
Diseño: Olga
Imprime: Sol



PROGRAMA-GUÍA PARA EL DESARROLLO DE COMPETENCIAS EMOCIONALES, EDUCATIVAS Y PARENTALES

MINISTERIO DE SANIDAD Y POLÍTICA SOCIAL
SECRETARÍA GENERAL DE POLÍTICA SOCIAL Y CONSUMO
DIRECCIÓN GENERAL DE POLÍTICA SOCIAL DE LAS FAMILIAS Y DE LA INFANCIA

Autora: Dra. Raquel-Amaya Martínez González

@ Edita:

Secretaría General Técnica

Catálogo de Publicaciones: www.msps.es

Edición 2009

NIPO: 660-09-023-3

Depósito Legal: M-33.098-2009

Diseño: Olga Fernández Quintero

Imprime: Solana e Hijos A.G., S.A.

Sesión 1

Sesión 2

Sesión 3

Sesión 4

Sesión 5

Sesión 6

Sesión 7

Sesión 8

Sesión 9

Sesión 10

Sesión 11

Diseño predeterminado

ale...

Gmail - ...

Window...

PilotajeP...

Publicac...

4 Micr...

Microsof...

Raquel_L...

Raquel_P...

ES

<

>

Wi-Fi

Bluetooth

Power

Volume

Speaker

Go

revis
Info
ATD

El p
Bas
ABC
Feij
Xac
ADR

CPU

Acco
orku

o G

Wik

Disc

Usu

biza

Igle

Wik

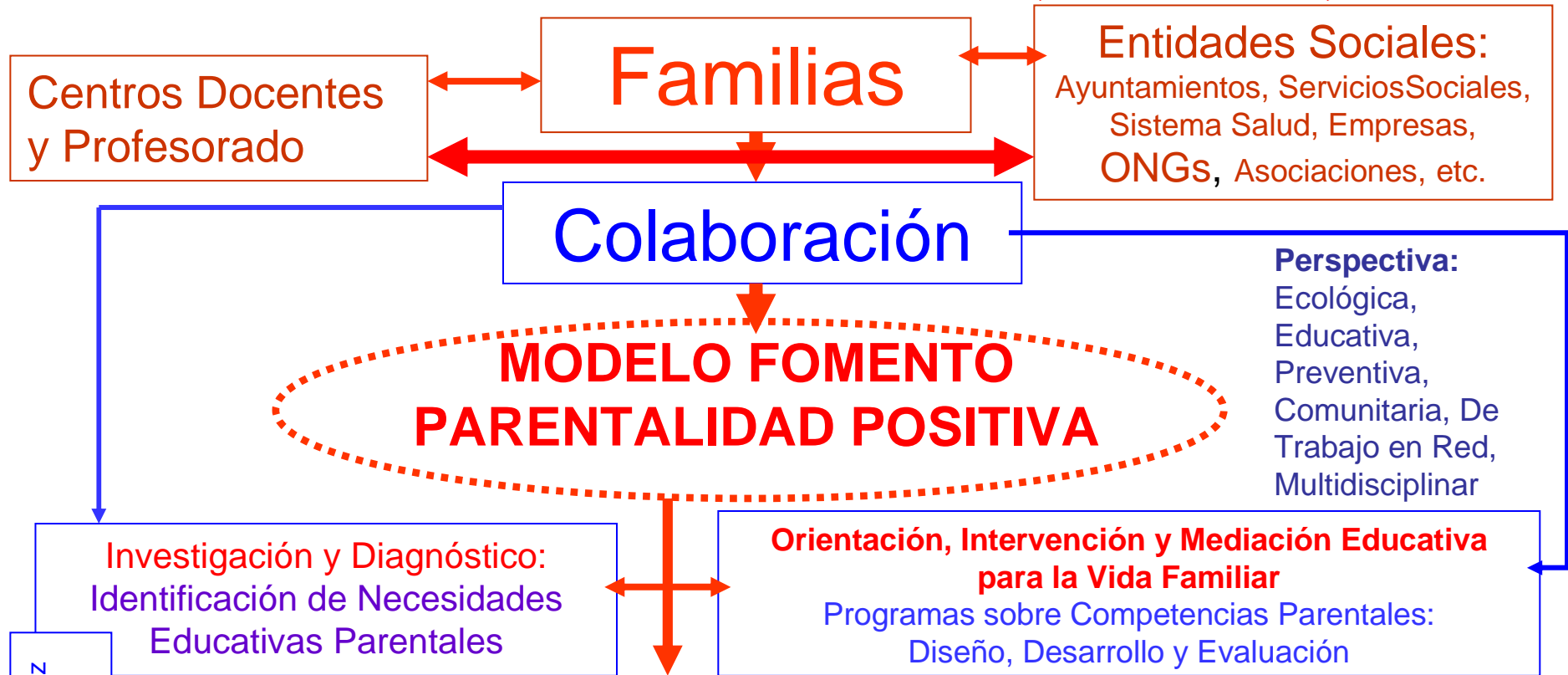
Mar

Programa-Guía para el Desarrollo de Competencias Emocionales, Educativas y Parentales

©Dra. Raquel-Amaya Martínez González, CC. Educación. Universidad Oviedo

Dimensión de Contenido	Estrategias	Valores y Competencias
<p>SESIÓN2. ETAPA DE DESARROLLO DE LOS HIJOS <i>Cómo son nuestros hijos dependiendo de la edad que tengan</i></p>	Ajuste de Expectativas	<ul style="list-style-type: none"> ▪Respeto Mutuo ▪Responsabilidad
<p style="text-align: center;">S3. COMPRENDIENDO EL COMPORTAMIENTO <i>Cómo comprender el comportamiento de nuestros hijos: Necesidad de atención, respeto, afecto y reconocimiento</i></p>	Cooperativo, No Conflictivo	<ul style="list-style-type: none"> ▪Cooperación ▪Responsabilidad ▪Tolerancia a la frustración
	No Cooperativo, Conflictivo. Hacer lo contrario a lo que se espera	<p>Autorregulación emocional Relajación Tolerancia a la frustración</p>
<p>S4 Y S5. AUTO-ESTIMA Y ASERTIVIDAD (I) Y (II) <ul style="list-style-type: none"> ▪Cómo sentirnos bien y seguros como padres y madres ▪Cómo conseguir que nuestros hijos se sientan bien y confíen en nosotros y en sí mismos </p>	Lenguaje Positivo y Motivador: Verbal, Paraverbal y Gestual	<ul style="list-style-type: none"> ▪Confianza y seguridad en uno mismo Tolerancia a la frustración Empatía
<p>S6 Y S7. COMUNICACIÓN ASERTIVA (I) y (II) <ul style="list-style-type: none"> ▪Escucha activa y empatía: Cómo escuchar y ponerse en el lugar del otro para llegar a entendernos mejor ▪Cómo expresarnos de manera positiva </p>	Escucha Activa Mensajes-YO	<p>Empatía Respeto Mutuo Comunicación Asertiva</p>
<p>S8 Y S9. RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS (I) y (II) <ul style="list-style-type: none"> ▪Cómo mejorar la ayuda a nuestros hijos para que puedan resolver sus problemas ▪Cómo llegar a acuerdos con nuestros hijos </p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪Definir de quien es el problema Explorar alternativas Negociación 	<ul style="list-style-type: none"> ▪Resolución de problemas ▪Tomar decisiones ▪Asumir consecuencias ▪Responsabilidad
<p style="text-align: center;">S10. DISCIPLINA: LÍMITES, NORMAS Y CONSECUENCIAS <i>Cómo mejorar el comportamiento de nuestros hijos y</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪Consecuencias Coherentes ▪Persistencia ▪Premios y Castigos 	<ul style="list-style-type: none"> ▪Asumir consecuencias ▪Responsabilidad ▪Autorregulación

APOYO DE INSTITUCIONES SOCIALES: ESTATALES, REGIONALES, LOCALES



FORMACIÓN DE PROFESIONALES ESPECIALIZADOS EN:

- Modelos de Orientación e Intervención Educativa para la Vida Familiar y de Mediación Familiar
- Metodologías de investigación para identificar necesidades educativas parentales
- Metodologías para el Diseño, Desarrollo y Evaluación de Programas de Orientación e Intervención Educativa para la Vida Familiar y para la Mediación Familiar
- Metodologías de Aprendizaje Cooperativo y de Dinámicas de Grupo
- Competencias en Habilidades Sociales, Comunicación Asertiva, Liderazgo y Coordinación
- Competencias en Auto-regulación Emocional
- Metodologías para el Trabajo Colaborativo e Interdisciplinar

Estrategias para estimular a las personas y a uno mismo

- Dé responsabilidad / Acepte responsabilidades
- Valore las contribuciones de las personas y de usted mismo/a
- Pídale opiniones y sugerencias a la persona / Aporte sus sugerencias.
- Estimule la participación de las personas en la toma de decisiones / participe usted en la toma de decisiones.
- Acepte errores en las personas y en usted mismo/a.
- Enfatique los procesos, no sólo los resultados.
- Convierta las desventajas en ventajas.
- Muestre confianza en el criterio de las personas y en el suyo propio.
- Tenga expectativas positivas hacia las personas y hacia usted mismo/a.
- Vea las situaciones desde diversas perspectivas.

El Lenguaje Positivo y Motivador para animarse a uno mismo y a los demás

- | | |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none">▪ Es estupendo lo que has hecho”▪ “Has tenido una buena idea”▪ “Me gustaría que me dieras tu opinión sobre.....”▪ “Es agradable verte disfrutar”▪ “Ya que no estás satisfecho, ¿qué crees que podrías hacer para estarlo?”▪ “Creo que conseguirás esa meta”▪ “Confío en tus posibilidades para hacer esto”▪ “Confío en tu opinión”▪ “No has podido conseguir todavía lo que quieres, pero acabarás consiguiéndolo” | <ul style="list-style-type: none">▪ “Me siento satisfecho con lo que he hecho”▪ “He tenido una buena idea”▪ “Estoy disfrutando con esto....”▪ “Ya que no estoy satisfecho, ¿qué podría hacer para estarlo?”▪ “¡Lo lograré!”▪ “Tengo posibilidades para hacer esto”▪ “Confío en mi mismo”▪ “No he conseguido todavía lo que quiero, pero seguiré intentándolo para conseguirlo”. |
|--|--|

Al utilizar el lenguaje motivador no conviene añadir un comentario final que desanime. Por ejemplo, al decir:

"Juan, veo que te has esforzado mucho en eso", es mejor no añadir: "pero podrías haberlo hecho aún mejor".

Estos comentarios pueden desanimar porque llevan pensar que nunca es suficiente lo que se

CREENCIAS EFICACES DE LAS PERSONAS

CREENCIAS DE LA PERSONA	COMPORTAMIENTO DE LA PERSONA	POSIBLES REACCIONES EN LOS OTROS
<i>Las personas saben tomar sus propias decisiones</i>	Permite elegir, tomar alternativas Anima	Se siente seguro/a de sí mismo/a Intenta hacer bien las cosas Coopera Es capaz de resolver problemas Desarrolla sus propios recursos
<i>Soy como los demás, ni más ni menos</i>	Cree en las personas y las respeta Estimula a las personas a ser independientes Propone alternativas y asumir responsabilidades Espera y cree que las personas cooperarán	Desarrollan confianza en sí mismos, independencia y responsabilidad Aprenden a tomar decisiones Se respetan a sí mismos y a los demás Creen en la igualdad
<i>Creo en el respeto mutuo</i>	Promueve relaciones basadas en la igualdad Estimula el desarrollo del respeto mutuo Intenta evitar que surjan sentimientos de culpa	Se respetan a sí mismos y a los demás Tienen interés en relacionarse con los demás Confían en los otros
<i>Soy humano/a y, por tanto, se que soy imperfecto/a, que me puedo equivocar</i>	Plantea objetivos realistas Se centra en los aspectos positivos Estimula No está preocupado/a por lo que los demás puedan pensar de él/ella Tiene paciencia	Se centran en realizar lo mejor posible las tareas que hay que desarrollar y no en tener que quedar por encima de los demás Entienden los errores como una oportunidad para aprender Tienen interés en intentar hacer cosas nuevas Son tolerantes con los demás
<i>Creo que todas las personas son importantes, incluyéndome a mí mismo/a</i>	Estimula el respeto mutuo Anima a los demás a que participen No se deja pisotear ni que lo traten con desprecio Sabe dónde hay que poner límites y cuándo hay que decir "No"	Conocen y aceptan las normas y los límites Respetan los derechos de los demás

ALGUNAS CREENCIAS INEFICACES DE LAS PERSONAS

CREENCIAS DE LA PERSONA	COMPORTAMIENTO DE LA PERSONA	POSIBLES REACCIONES DE LOS OTROS
<p style="text-align: center;"><i>Tengo que mantener controlada la situación</i></p>	<p style="text-align: center;">Demanda obediencia Premia y castiga Intenta ganar Insiste en que él/ella es quien tiene razón y el otro quien está equivocado/a Sobreprotege</p>	<p style="text-align: center;">Se rebelan, intentan demostrar que tienen razón y quieren ganar. Ocultan sus verdaderos sentimientos Se sienten nervioso/as Buscan venganza Sienten que lo han tratado injustamente Se desaniman y abandonan Se evaden, mienten... Carecen de auto-control</p>
<p style="text-align: center;"><i>Soy superior y tiene que quedar claro</i></p>	<p style="text-align: center;">Acobarda a los otros Asume su responsabilidad Sobreprotege Actúa de acuerdo a sus propias reglas</p>	<p style="text-align: center;">Aprenden a sentir pena de sí mismo/as y a acusar a los demás Critican a los otros Sienten que los tratan injustamente Sienten que no sirven, que son poca cosa Se vuelven dependientes Necesitan sentirse superiores</p>
<p style="text-align: center;"><i>Yo soy quien sabe lo que hay que hacer porque soy el superior</i></p>	<p style="text-align: center;">Está muy preocupado/a con lo que hay que hacer, por cumplir con su responsabilidad Es poco flexible</p>	<p style="text-align: center;">No se fían de los otros Sienten que lo tratan injustamente Se sienten presionado/as, exprimido/as Aprenden a presionar / exprimir a los demás</p>
<p style="text-align: center;"><i>Tengo que hacer las cosas perfectas</i></p>	<p style="text-align: center;">Demanda que los demás también sean perfectos Se fija en los defectos Está muy preocupado/a por lo que piensen los otros Presiona el rendimiento de las personas para demostrar a los demás que él/ella es bueno/a</p>	<p style="text-align: center;">Creen que no son lo suficientemente bueno/as Se vuelven perfeccionistas Se sienten desanimado/as Se sienten preocupado/as por las opiniones de los demás</p>
<p style="text-align: center;"><i>No cuento nada. Los demás son mejores que yo</i></p>	<p style="text-align: center;">Es permisivo/a No establece normas ni límites claros Se deja llevar por las demandas de las personas Se siente culpable diciendo que "no"</p>	<p style="text-align: center;">Esperan poder hacer lo que quieren No tienen claro lo que pueden o no pueden hacer No respetan los derechos de los demás Actúan de un modo egoísta</p>

COMUNICACIÓN

ESCUCHAR REFLEXIVAMENTE

TE SIENTES PORQUE

- Te sientes *entusiasmado/a* porque
- Te sientes *preocupado/a* porque
- Te sientes *contento/a* porque
- Te sientes *desorientado/a* porque

PALABRAS QUE EXPRESAN SENTIMIENTOS

Disfrutar	Feliz	Querido/a
Contento/a	Orgullosa/a	Asustado/a
Gustar	Enfadado/a	Injusto
Emocionado/a	Confundido/a	Infeliz
Apreciar	Decepcionado/a	Preocupado/a
Gran/buen	Temeroso/a	Vencido/a
Bueno	Dolido/a	
Bien	Ignorado/a	
Complacido/a	Triste	

MENSAJES QUE EMPIEZAN CON “YO”

CUANDO ME SIENTO PORQUE.....

- Cuando veo que discutís me siento preocupado/a porque os podéis hacer daño

EL MÉTODO "GANAR-GANAR" PARA LA RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS Y LA NEGOCIACIÓN

- A través de los procesos de negociación se puede llegar a acuerdos para solucionar problemas entre las personas.
- Los procesos de negociación tienen éxito cuando las partes llegan a un acuerdo que beneficia a todas ellas, porque al negociar, las partes obtienen más de lo que habrían podido tener enfrentándose entre sí, aunque no obtengan todo lo que inicialmente querían.
- Se trata de llegar a situaciones de "ganar-ganar" en que todos ganan algo, en vez de situaciones de "ganar-perder" en que una parte gana y la otra pierde.
- En los procesos de negociación se necesita utilizar adecuadamente las habilidades emocionales y de comunicación. Es importante:
 - Mostrarse tranquilos
 - Evitar decir "*tú tienes que, tú deberías, tú debes*"
 - Ser respetuosos y confiar en el otro.

PASOS A SEGUIR PARA NEGOCIAR:

1. Identificar el problema entre las partes -padres y madres e hijos-.
2. Proponer soluciones por las partes y elegir una que sea adecuada para todas ellas.
3. Decidir qué va a hacer cada parte para poner en práctica esa solución y proponer las consecuencias que se aplicarán si alguna de las partes no cumple lo acordado. Estas consecuencias deben ser proporcionadas y lógicas con la situación que se está tratando.
4. Poner en práctica la solución y analizar si funciona. A veces puede ser necesario hacer algunos ajustes en los acuerdos que se han tomado.

Cuando los procesos de negociación no funcionan puede ser por alguna de las siguientes causas:

- Cumplir solo a veces lo que se ha acordado o aplicar las consecuencias sólo a veces
- Sentir lástima de la otra parte
- Estar demasiado preocupado por lo que piensen los demás
- Hablar demasiado
- Escoger un momento inapropiado
- Sentir y transmitir hostilidad
- Tener motivos ocultos
- Hacer de detective para controlar al otro
- No confiar en el otro

LÍMITES Y REGULACIÓN DEL COMPORTAMIENTO: EL DESARROLLO DE LA RESPONSABILIDAD

CONSECUENCIAS ESTROPEADAS

Los efectos de las consecuencias establecidas en un proceso de negociación pueden no llegar a conseguirse por alguna de las siguientes acciones:

1. Ser inconsistentes,
2. Sentir mucha lástima,
3. Estar demasiado preocupado por lo que piensen los demás,
4. Hablar demasiado
5. Escoger un momento inoportuno,
6. Sentir y transmitir hostilidad,
7. Tener motivos ocultos,
8. Hacer de detective,
9. Rechazar a la persona en vez de la acción.

Efectos positivos derivados de los programas de formación de padres y madres

Los padres y madres que han participado en programas de formación han expresado que:

- Aprenden a utilizar estrategias eficaces de conducta y pensamiento empleadas por otros padres y madres
- Lo aprendido se puede llevar a la práctica
- Se sienten escuchado/as y comprendido/as
- Aprenden de los coordinadore/as
- Se crean lazos afectivos y de amistad entre las personas participantes
- Son capaces de desarrollar sentido del humor ante sus propias prácticas como padres y madres
- Aceptan mejor la idea de ser padres y madres "imperfectos "
- Disminuye el sentimiento de culpa que tienen muchos antes de comenzar el programa
- *Incrementa su auto-estima como padres y madres*

Algunas Limitaciones de los Programas de Orientación Educativa Familiar

- **Sólo unos pocos** padres/madres pueden participar en el programa debido a su metodología activa y de grupos
- No siempre aquellos padres/madres que participan son **quienes más necesitan** desarrollar las habilidades que se proponen
- Participan muy **pocos padres varones**
- Algunos padres/madres pueden encontrar **difícil exponer y expresar** sus propias experiencias personales y familiares
- Con frecuencia esperan respuestas rápidas a sus problemas y "**recetas**" de conducta
- Algunos padres/madres pueden desarrollar cierta **dependencia hacia el/la coordinador/a**
- En ocasiones a los padres/madres les **falta paciencia y voluntad** para modificar sus hábitos de conducta
- Algunos padres/madres pueden sentirse **más insatisfecho/as** después de concluir el programa por ser más conscientes de posibles "errores" de conducta

Bibliografía

- Bartau, I.; Maganto, J.M.; Etxeberria, J.; y Martínez González, R.A. (1999). La implicación educativa de los padres: Un programa de formación, *Revista Española de Orientación y Psicopedagogía*, 10 (17)1, 43-52.
- Martínez González, R.A. (1999). Orientación Educativa Para la Vida Familiar, *Revista Española de Orientación y Psicopedagogía*, 10 (17), 115-127.
- Martínez González, R.A. y Pérez Herrero, H. (2004). Evaluación e intervención educativa en el campo familiar. *Revista Española de Orientación y Psicopedagogía*, 15 (1), 1º Semestre, 89-104.
- Martínez González, R.A. (2008). *Educación para la Convivencia desde el Ámbito Familiar*. Ponencia en el Congreso: Educación, Ciudadanía y Convivencia. Sección: Familia, Sociedad y Redes de Comunicación, Organizado por la Sociedad Española e Iberoamericana de Pedagogía. Zaragoza, Septiembre 2008
- Rodrigo, M.J. y Palacios, J. (1998). *Familia y desarrollo humano*. Madrid, Pirámide