

## **Escuela para Padres**



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

[https://encryptedtbn0.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcQuID31vcu\\_e\\_JU9UVFcrDLYldMJVfFSpaPYqKfXX8aa6xYh2k-8lddR9m7](https://encryptedtbn0.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcQuID31vcu_e_JU9UVFcrDLYldMJVfFSpaPYqKfXX8aa6xYh2k-8lddR9m7)

# **LA FAMILIA**

**LIDIA LILIA GUZMÁN MARÍN**

**Enero 2017**

## El entorno o ambiente familiar

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

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

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

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

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



Ambiente familiar

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



### ¿Cómo se construye un buen entorno familiar?

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

- **Manifiéstele amor con acciones, palabras y abrazos; él se sentirá aceptado y seguro.** Muestre interés en sus cosas, pregúntele cómo se siente, felicítelo cuando la ocasión lo amerite, sea tolerante y comprensivo. Si no acostumbra mostrar su afecto, piense a qué se debe, puede intentarlo

poco a poco. Si es su hijo el que no le permite acercarse, dele su tiempo, respete su decisión y dígaselo con palabras.

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

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



Familia en un entorno positivo

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

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

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

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

➤ **No trate de imponer por imponer,** sino de guiar y educar como padre o madre de familia. Por ejemplo: si le dice a su hijo que haga la tarea y este no hace caso, hágale ver que es una forma de repasar lo que le enseñaron

en clase, si no la hace traerá consecuencias negativas. Argúmentele que su papel es estudiar y cumplir con lo que le dejan.

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

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

## Formas de relación con los hijos



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

Padre e hijo buscando dialogar

[https://encryptedtbn1.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcQ5awHQU5x2ykPx\\_bMeROosdkSw5B02xE8EE1euUVQSiIC7cIE5](https://encryptedtbn1.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcQ5awHQU5x2ykPx_bMeROosdkSw5B02xE8EE1euUVQSiIC7cIE5)

### Sugerencias:

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



Madre comunicándose con su hija.

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

- Plantee las reglas del juego y sosténgase en sus decisiones. Especifique a su hijo los límites respecto a su comportamiento, que sean claros y razonables, esto le ayuda a su equilibrio emocional y desarrollo psicológico. Por ejemplo: si no hizo la tarea y le dijo que entonces no podría salir con sus amigos, ¡cúmplaselo!
- Tenga cuidado con lo que hace y dice, ya que su hijo está atento a ello e influye en su comportamiento y personalidad.

- Ser responsables. Usted puede ayudar a su hijo a que adquiera el sentido de responsabilidad: asígnele labores, hágale ver la importancia de que todos los miembros de la familia colaboren; invítelo a que participe en las actividades de casa y sobre todo, argumente sobre los beneficios que obtendrán.
- Dele oportunidad de tomar sus propias decisiones y que aprenda de sus errores, siempre y cuando no esté en riesgo su integridad física y moral. Por ejemplo, si decide no lavar su ropa, que asuma que no va a poder cambiarse de ropa.
- Brinde respeto. El respeto es una actitud de aceptación frente a los intereses y sentimientos de otra persona, es decir, entender y aceptar puntos de vista aunque no se compartan. Recuerde, cada persona tiene un valor y un fin en sí mismo y su hijo está conformando su forma de ser.
- No magnifique o exagere los errores de su hijo y piense antes de violentarse. Cálmese y hablen para ubicar el problema.

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

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

## **Situaciones que se pueden convertir en conflicto**

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

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

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

### **Situaciones molestas para los jóvenes:**

- Ser tratado como niño o como objeto.
- No tomarlo en cuenta.
- Imponerle sus gustos, sobre todo en la ropa.
- Ocultarle cosas que lo afectan o que de algún modo lo involucran.
- No permitirle tomar sus propias decisiones.
- Callarlo e interrumpirlo.
- Sermonearlo.
- Chantajearlo.
- Descalificarlo y que lo ponga en ridículo ante los demás.
- Pegarle y maltratarle.

### **Causas que pueden llevar al conflicto:**

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

platique con él sobre este problema; busquen la causa que lo origina y si lo considera necesario pidan ayuda profesional.

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

## **Influencia del entorno social y escolar**

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

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

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

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



1. Jóvenes recostados en el pasto.

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

2. Jóvenes conviviendo. [https://encrypted-tbn3.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcSlnF5wQ5s4PLDIGWSm\\_qi-l8NSTAmPy\\_RnV5fSRJ01omWA3Jf5](https://encrypted-tbn3.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcSlnF5wQ5s4PLDIGWSm_qi-l8NSTAmPy_RnV5fSRJ01omWA3Jf5)

3. Grupo de adolescentes. [http://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/thumb/4/48/Grupo\\_....jpg/300px-Grupo\\_....jpg](http://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/thumb/4/48/Grupo_....jpg/300px-Grupo_....jpg)

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

Que:

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

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

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

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

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

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

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



J

v

Jóvenes enes conviviendo.

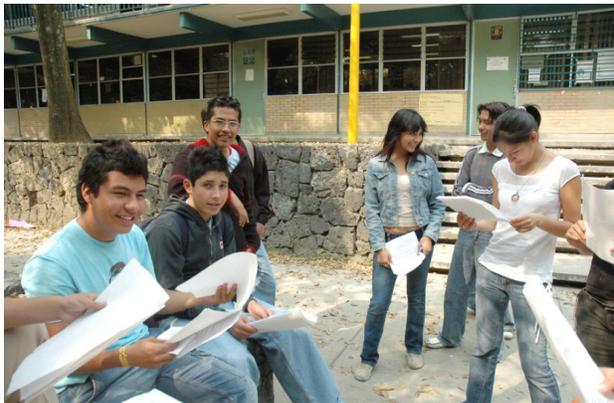
[http://fotos.eluniversal.com.mx/web\\_img/fotogaleria/010tribus\\_urbanas\\_8.JPG](http://fotos.eluniversal.com.mx/web_img/fotogaleria/010tribus_urbanas_8.JPG)

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

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



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



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

Foto: Secretaría de Comunicación Institucional. DGCHH

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

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

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

## **Factores y conductas de riesgo**

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

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

Entre los factores de riesgo podemos citar los siguientes:

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

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

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

### **Riesgos:**

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

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

## **Factores de protección**

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

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

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

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

## BIBLIOGRAFÍA

### Libros

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

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

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

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

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

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

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

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

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

### Bibliografía Electrónica

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

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

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

Bolívar., A. (2006) *Familia y escuela: dos mundos llamados a trabajar en común*. España. Recuperado de [http://www.revistaeducacion.mec.es/re339/re339\\_08.pdf](http://www.revistaeducacion.mec.es/re339/re339_08.pdf) (Abril 2013).

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

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

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

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

García, A. (2000) *La participación de los padres de familia en educación, siglo XIX y XX.* Recuperado de [http://biblioweb.tic.unam.mx/diccionario/htm/articulos/sec\\_9.htm](http://biblioweb.tic.unam.mx/diccionario/htm/articulos/sec_9.htm). (Abril 2013)

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

## Fotos e imágenes

Adolescente\_con\_su\_padre\_preocupado\_detras.jpg. Recuperado en septiembre 2013, de [TPUjg0QzDYI/AAAAAAAAACA/G4DTZCzi7aQ/s400/adolescente\\_con\\_su\\_padre\\_preocupado\\_detras.jpg](http://TPUjg0QzDYI/AAAAAAAAACA/G4DTZCzi7aQ/s400/adolescente_con_su_padre_preocupado_detras.jpg)

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

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

Escuelas Pías Centro América y el Caribe. ueoscalasanz-5to.jpg. (2012). Recuperado en septiembre 2013, de <http://calasanzvalencia.files.wordpress.com/2012/10/ueoscalasanz-5to.jpg>  
<http://centroamericaribeschp.files.wordpress.com/2013/02/ueoscalasanz-5to.jpg?w=630&h=472>  
Estudiantes CCH. Foto Secretaría de Comunicación Institucional. Recuperada en Septiembre 2013.

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

Familia. Recuperado en septiembre 2013, de <http://2.bp.blogspot.com/-0Jb3iPndkNE/TzWZR1LfteI/AAAAAAAAAcE/IWlxYM-BzkM/s1600/familia60.jpg>

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

Familia en un entorno positivo. Recuperado en septiembre 2013, de <https://encrypted-tbn0.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcQDsr1Di80Sf-lamQsGwX38PdEIQMzj2wwyxGm9wa46c wdLms55>

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

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

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

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

Imagen: Comunicación corporal. Recuperado en enero 2014, de [http://4.bp.blogspot.com/-UVH8q\\_kCQ3Y/Uj9JLk07DhI/AAAAAAACTc/QAenD0y\\_qq4/s1600/62686\\_366502250126556\\_1256791070\\_n.jpg](http://4.bp.blogspot.com/-UVH8q_kCQ3Y/Uj9JLk07DhI/AAAAAAACTc/QAenD0y_qq4/s1600/62686_366502250126556_1256791070_n.jpg)

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

Jóvenes conviviendo. Recuperado en septiembre 2013, de [http://1.bp.blogspot.com/\\_MRD4zuHayUQ/TNvi5IPW5HI/AAAAAAAACe/HL6\\_19eV144/s200/alcol.bmp](http://1.bp.blogspot.com/_MRD4zuHayUQ/TNvi5IPW5HI/AAAAAAAACe/HL6_19eV144/s200/alcol.bmp)

Jóvenes sentados en cañón. Recuperado en febrero 2014, de [https://encryptedtbn3.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcQk9UnjhzC5DeB6\\_yQKb9xcTXQw0\\_4dATli-sQjf9f7A9EGzmcxwA](https://encryptedtbn3.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcQk9UnjhzC5DeB6_yQKb9xcTXQw0_4dATli-sQjf9f7A9EGzmcxwA)  
Jóvenes recostados en el pasto. Jóvenes conviviendo. Recuperado en febrero 2014, de [http://3.bp.blogspot.com/HrtUS6UXSUQ/UBMTyIDFXNI/AAAAAAAABRU/zspNAxQk0sA/s320/Intercambio+Juvenil\\_julio+2012\\_05.JPG](http://3.bp.blogspot.com/HrtUS6UXSUQ/UBMTyIDFXNI/AAAAAAAABRU/zspNAxQk0sA/s320/Intercambio+Juvenil_julio+2012_05.JPG)

Jóvenes conviviendo. Recuperado en febrero 2014, de [https://encryptedtbn3.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcSlnF5wQ5s4PLDIGWSm\\_qi-l8NSTAmPy\\_RnV5fSRJ01omWA3Jf5](https://encryptedtbn3.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcSlnF5wQ5s4PLDIGWSm_qi-l8NSTAmPy_RnV5fSRJ01omWA3Jf5)

Jóvenes jugando con patineta. Recuperado en febrero 2014, de <https://encryptedtbn2.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcRHph374hYKrfzd9twG8jdwNIVTIw8LMTnCWwG1KKXprvIvrLHA>

Jóvenes conviviendo (tres). Recuperado en febrero 2014, de <http://2.bp.blogspot.com/LUTtpyfnBV0/ULEIdVhtg5I/AAAAAAAAC4/sryYPD721so/s760/jovenes.png>

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

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

Las discusiones de pareja frente a los hijos. (2000) Recuperado en septiembre 2013, de <http://www.nosotros2.com/familia-bebes-y-ninos/021/articulo/4652/las-discusiones-de-pareja-frente-a-los-hijos>  
[http://images.nosotros2.com/Articulos/new\\_4652.JPG](http://images.nosotros2.com/Articulos/new_4652.JPG)

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

Lenguaje corporal. (24 Octubre 2012). Recuperado en septiembre 2013, de <http://tuyellenguajecorporal.blogspot.mx/>  
<http://4.bp.blogspot.com/LsLodfBYChE/UIhFeTjWT3I/AAAAAAAABw/XJNN9eiY9Zc/s1600/3-Luis-S-Gestos.jpg>

Los dos pilares de la autoestima. Recuperado el septiembre 2013, de <http://www.fullplaza.com/mx/item?pr=11207&desc=LOS%20DOS%20PILARES%20DE%20LA%20AUTOESTIMA>

Madre e hijo. Recuperado en enero 2014, de <http://dynamic.pixton.com/comic/z/w/m/n/zwmn1x244pqtposz.png>

Manos. Recuperado en septiembre 2013, de [http://1.bp.blogspot.com/\\_mJ1cRFGIXdA/S19Im6xk\\_wI/AAAAAAAAGM/IHwAm-LqLxI/s400/acogida.jpg](http://1.bp.blogspot.com/_mJ1cRFGIXdA/S19Im6xk_wI/AAAAAAAAGM/IHwAm-LqLxI/s400/acogida.jpg)

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

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

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

Padre e hijo dialogando. Recuperado en septiembre 2013, de [https://encrypted-tbn1.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcQ5awHQU5x2ykPx\\_bMeROosdkSw5B02xE8EE1euUVQSiC7clE5](https://encrypted-tbn1.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcQ5awHQU5x2ykPx_bMeROosdkSw5B02xE8EE1euUVQSiC7clE5)

Padre y madre platicando con sus hijos. Recuperado en septiembre 2013, en imágenes, de <https://lh3.ggpht.com/l6SynXll9CHxmmWMdzL840PPeTVp6FuWIPuA4RrQQ4D1nz9cBpOhbPQJEO0MFGaN7XubaVE=s105>

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

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

Proyecto Aula 11MB. Tribus urbanas. (11 octubre 2012). Recuperado en septiembre 2013, de [http://fotos.eluniversal.com.mx/web\\_img/fotogaleria/010tribus\\_urbanas\\_8.JPG](http://fotos.eluniversal.com.mx/web_img/fotogaleria/010tribus_urbanas_8.JPG)

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

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

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

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

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

## Links

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

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

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

Pedagogía para padres. Hoy: Estilos Educativos. Recuperado en Sep. 2013. Link [http://www.youtube.com/watch?v=4xSdC\\_F9lKQ](http://www.youtube.com/watch?v=4xSdC_F9lKQ)

Programas televisivos. Recuperado en Sep. 2013. Link [http://www.sep.gob.mx/es/sep1/salud\\_alimentaria#.UmV6jVPiHcA](http://www.sep.gob.mx/es/sep1/salud_alimentaria#.UmV6jVPiHcA)

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

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