



UNIVERSIDAD DE SOTAVENTO A.C.

**ESTUDIOS INCORPORADOS A LA
UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO**

LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA

NÚMERO Y FECHA DE ACUERDO DE VALIDEZ OFICIAL 8931-25

TESINA PROFESIONAL

LA IMPORTANCIA DE EDUCAR CON ASERTIVIDAD A LOS HIJOS

PARA OBTENER EL TÍTULO DE LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

PRESENTA:

MARIA FERNANDA MUSITO GONZÁLEZ

ASESOR:

PSIC. JOSÉ ANTONIO REYES GUTIÉRREZ

ORIZABA, VER.

2019



Universidad Nacional
Autónoma de México



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

AGRADECIMIENTOS

Agradezco a Dios por permitirme existir y darme la sabiduría para poder enfrentarme a la vida en como lo hago, estoy agradecida por haberme permitido culminar mis estudios académicos y poder llevar a la práctica todo lo que aprendí a lo largo de mi carrera profesional.

A mi abuelita Reyna Lara por haberle dado la vida a mi madre y así ella me diera la vida, gracias abuelita por impulsarme a lograr esta meta sin duda sin usted no estaría en esta vida.

A mi madre Silvia González Lara por haberme impulsado día a día y enseñarme que el éxito del ser humano es la base del ahorro y la perseverancia en todo lo que uno haga, que no dejara de luchar por lo que más quería y que mejor que hoy estoy culminando esta etapa en mi vida. Te amo inmensamente mamá.

A mi tía Nery González Lara por haberme brindado su amor y su conocimiento para que llegara a lograr mis sueños, gracias por darte el tiempo de haberme dicho todas las palabras que me motivaron a seguir adelante, te amo tu mi segunda madre.

A mi padre José Manuel Musito Córdova, por haberme dado palabras de aliento en cuando las necesitaba, agradezco tu apoyo y tu amor infinitamente.

A mi hermana por haberme enseñado que nada es imposible a pesar de cómo se tornen las cosas o dichas situaciones.

A mi tío Zeferino González Lara por enseñarme que nunca es tarde para lograr nuestros sueños, que las personas que se mantienen ocupadas no tienen tiempo para estar molestando al prójimo, gracias tío por tus enseñanzas y tu amor incondicional.

A papi José Luis Duran Flores por haberse dado el tiempo de escucharme cuando sentía que no podía más, por haberme enseñado que los papás si están para apoyar a los hijos en todos los aspectos. Gracias por llegar a nuestras vidas.

A mi tío Juan de Jesús Mansur Macías por haberme dado el cariño de un padre incondicional, por haberme enseñado que la vida es muy bonita y que aprendamos a disfrutar de todo lo que tenemos a nuestro alrededor.

A mis tías por haberme brindado su amor y su carisma para lograr lo que me propusiera en esta llamada vida, las amo.

A mis amigos los que formaron parte de este proceso, por haberme dado palabras de aliento cuando sentía que no podía más, agradezco a Dios por ponerme personas llenas de luz en mi vida las cuales me brindan honestidad y amor.

A mi coordinador de carrera José Antonio Reyes Gutiérrez por haberme brindado conocimiento y sabiduría a lo largo de mi carrera profesional, admiro mucho su paciencia y conocimiento con que lustra a sus alumnos.

A la profesora Anabel Villafaña García por haberme brindado parte de todo lo que conoce y sabe, admiro su dedicación, atención y el conocimiento infinito que tiene, gracias por haber sido la mejor profesora a lo largo de mi formación académica.

ÍNDICE

Resumen	5
Introducción	6
CAPITULO I: LA COMUNICACIÓN ASERTIVA.....	8
1.1 La comunicación.	8
1.2 La comunicación asertiva.....	10
1.3 Estudios sobre asertividad.	22
CAPÍTULO II: LA IMPORTANCIA DE EDUCACIÓN FAMILIAR	26
2.1 La Familia.....	26
2.2 Los tipos de familia.....	37
2.3 Educación familiar	40
CAPÍTULO III: MODELO Y ÁREA PSICOLÓGICA.....	41
3.1 Antecedentes teóricos del modelo psicológico: sistémico.....	41
3.1.1 Antecedentes teóricos del modelo: Sistémico.....	44
3.1.2 Técnicas.....	49
3.2 Fundamentos del área psicológica: clínico.....	50
Conclusiones.....	58
Referencias	63

RESUMEN

Con el propósito de comprender a fondo el fenómeno de comunicación en cuanto a que se relacione con la asertividad se describieron los orígenes de cada uno de los fenómenos, para que el padre de familia o lector pueda comprender y llevar a la práctica lo que es la relación en cuanto a la comunicación asertiva, es decir cómo es que una persona logra comunicarse, cuando una persona es asertiva, como es que se desglosa la importancia de estos dentro de la familia debido a que en la familia se crean vínculos los cuales ayudaran a cada uno de sus integrantes para desarrollarse con el mundo exterior.

En cuanto se tiene el conocimiento de ambos fenómenos, el lector comprende y puede llevar a la práctica lo que aprendió a lo largo de su vida, de acuerdo con el capítulo II se puede encontrar cual es la importancia de saber qué papel desarrollan cada uno de los integrantes de la familia, debido a que en ocasiones se logra notar que alguno de ellos suele ser retraído, es importante notar cada punto para poder llevarlo a la práctica dentro de la familia, ya que si no se respeta esto en el mundo exterior se podrá apreciar como algo normal que no tomen en cuenta la opinión de uno de ellos.

En el capítulo III se puede comprender cuál es el modelo que se encarga del estudio de la familia debido a que existen técnicas, métodos para poder entender la importancia de la comunicación asertiva dentro de la familia debido a que sin comunicación no se tendrían buenas relaciones, dentro de su contexto.

INTRODUCCIÓN

En el diario vivir de los seres humanos la mayor importancia que ellos tienen es el comunicarse con todo su entorno, es imposible no comunicarse Paul Watzlawick así es como lo describe el célebre teórico, debido a que el principal núcleo de comunicación es la familia.

Los primeros contactos que el ser humano tiene como persona es la familia, el núcleo más importante del ser humano debido a que se establecerán amplias conversaciones en donde la comunicación será la base primordial del ser humano para poder enfrentarse a la vida.

Por lo tanto, el objetivo de presente trabajo es comprender la importancia de educar con asertividad a los hijos por medio de una recopilación teórica de información.

A pesar de que el acto de comunicación se dio hace muchos siglos antes, el primer por definir el proceso elemental de este suceso se le atribuye Aristóteles. El desarrollo básico de la comunicación tenemos el emisor, al mensaje y al receptor. Emisor se refiere al que dará el mensaje, el mensaje es el contenido y el receptor es la persona que recibe dicho mensaje.

A la par de la evolución humana se refiere el estudio de comunicación el cual se detona más complejo al ir descifrando sus conocimientos de estudio los cuales son emisor, receptor, fuente, proceso, asimilación del mensaje y retroalimentación, entre otros. Debido a que se puede detonar muy complejo el proceso de comunicación siempre tendrá tres elementos; emisor, mensaje y receptor.

Ya que se comprendió que es la comunicación en esta recopilación se integra también lo que es la familia debido a que son las personas con las que el individuo presenta sus primeras convivencias, para poder desarrollarse de la mejor manera posible y así poder interactuar con el mundo que los rodea, enfrentándose a diversos conflictos los cuales se tornaran un poco difíciles o fáciles de resolver debido al asertividad con que en su núcleo familiar le orienten a desarrollarlos.

En el capítulo I: se da a conocer lo que es la comunicación, que lo conforma, sus pasos para poder desglosar una comunicación adecuada, todo lo que conlleva a la comunicación en pasos y breves reseñas de ejemplos.

En el capítulo II: se desarrolla la familia, los tipos de familia, cuando se empieza a formar una familia, la educación familiar que es lo que se hace y como es que los padres de familia educan a los hijos.

En el capítulo III: se redactan los antecedentes teóricos del enfoque sistémico, fundamentos teóricos del modelo sistémico las técnicas que se ocuparan y el área psicológica clínica.

CAPITULO I

LA COMUNICACIÓN ASERTIVA

1.1 La comunicación.

A través de la comunicación el ser humano obtiene información con respecto a su entorno y así poder compartirla con las demás personas. Cada vez que una persona desea comunicarse esta se ve reflejada; en señales, gestos y sonidos entre otras. Con la intención de comunicar.

Acerca de “La necesidad de la comunicación humana hace pasar lo real a la dimensión del lenguaje, a la forma de discurso. Las relaciones humanas están mediadas por el discurso. Este supone la interpretación de la experiencia y su traducción a imágenes mentales de las cuales se derivarán un conjunto de respuestas que harán uso de todos los diversos códigos de comunicación” (Amador,2008, p. 26). Es decir, es de suma importancia contemplar cómo es que el ser humano comunicara o expresara sus ideas tomando en cuenta sus expresiones, inquietudes y argumentos.

Otro punto es que “El componente básico del ser humano del proceso de comunicación humana es el ser humano y, la función básica de esta comunicación, consiste esencialmente en desarrollar relaciones, más que en intercambiar información” (Pereira, 2005, p.2). Esta definición es muy banal debido a que le falta especificar que, se es esencial expresar sentimientos y emociones.

En relación con “Bateson (1984) el concepto de comunicación incluye todos los procesos mediante los cuales los seres humanos se influyen mutuamente. La comunicación hace posible la relación entre las personas” (Pereira,2005, p.2). En otras palabras, cuando se entabla una plática se logra el cambio de ideas, decisiones, acciones, entre otras. No obstante, lo anterior, es detenerse a pensar que día a día la

comunicación ha ido adquiriendo un papel muy importante dentro de la vida cotidiana debido a que el ser humano necesita expresar y ser informado de acuerdo a lo que lo rodea.

Sin embargo, en la comunicación tenemos al emisor, al mensaje y al receptor. Emisor se refiere a la fuente del mensaje; mensaje es el contenido y receptor es la persona o personas que lo reciben. Al tener estas definiciones se puede concretar a la par la evolución humana, ya que el estudio de la comunicación se simplifico al ir definiendo sus elementos de estudios.

Otro punto es la retroalimentación el cual es un proceso de reacción causa-efecto se produce entre la salida y la entrada de uno o de todos los elementos que lo conforman en cuanto a la comunicación. La función principal es obtener un mejor resultado y ajustar la información emitida. En otras palabras, este proceso no se puede producir sin la emisión del mensaje. (González,1984, pp.15-17).

En cuanto a la importancia de la comunicación las organizaciones no pueden existir sin comunicación. A falta de esta, los empleados de una escuela no sabrían que hacen sus compañeros de trabajo, los administradores de control escolar no recibirían la información adecuada, el subdirector y el director no impartirían instrucciones la organización entraría en colapso debido a una ausencia de comunicación. La aportación de cada uno no podría realizarse debido a la falta de expresión de necesidades y sentimientos. (Davids y Newstrom, 2002, p. 56).

Las barreras personales perjudican de manera global al entorno en el que nos desenvolvemos en el día a día debido a que en ocasiones no se comprende lo que se quiere decir o en su defecto, se repiten innecesariamente palabras. Esto puede provenir de diferentes formas; en la educación, los valores que tenemos, los hábitos que hemos

formado a través del tiempo, la posición socioeconómica entre otros (Davids y Newstrom, 2002, p. 61).

Sobre lo que las personas reflejan no quiere decir que siempre será con exactitud lo que quieren expresar en cuanto a sus emociones. Algunas ocasiones no sabrán cómo interpretar lo anteriormente mencionado, unas sabrán como expresarse sin ningún problema y otras optan por reducir al mínimo sus sentimientos, a esto se le llama comunicación verbal. Esto es debido a que no se les enseña a expresarse libremente haciendo mención “los niños no lloran”, “las niñas deben atender a su padre y hermano”, la idea irracional es cuando las empiezan a crear no se dan cuenta cuanto afecta al entorno de una persona, pero cuando se decide no seguir ciertos patrones, es cuando se puede lograr ciertos cambios, al principio se torna difícil, pero con apoyos se puede mejorar como poder expresar sus sentimientos.

El siguiente punto trata de la comunicación no verbal, las expresiones faciales difícilmente se pueden evitar o evadir nos damos cuenta cuando a una persona algo le parece interesante o poco agradable con el simple hecho de observar cómo es su reacción facial, o los gestos que hace, como se comporta, la forma en que se mueve, entre otras acciones. Tomando en cuenta lo anterior no todo lo se hace es por ser despectivo o mal agradecido, sino que muchas veces es innato o universal (Morris y Maisto, 2001, p. 383).

1.2 La comunicación asertiva.

La palabra asertividad proviene del latín *asserere*, *assertum* que significa afirmar. La asertividad se relaciona con la capacidad de mejorar nuestra habilidad en el trato con otros; incluye una comunicación más eficiente, un control del estrés a través de una mejor relación con otras personas y un manejo adecuado de las situaciones problemáticas.

Ser asertivo quiere decir que se puede expresar con seguridad sin temor a equivocarse, se comprende en muchas ocasiones las ideas antes de comunicarlas se acomodan en la mente y se llevan a la expresión; estos son llevados a un nivel de autoconocimiento consigo mismo y con el entorno. Tomando en cuenta lo anterior se requiere escuchar y responder las necesidades de otros sin olvidar de lo que nos interesa, ni comprometernos a algo en lo que no estemos de acuerdo (Huerta, 2006, p. 96).

El objetivo principal de una persona asertiva es:

- Sentirse libre para poder manifestarse. Es decir, cada individuo tiene esa capacidad para poder expresar de acuerdo en su entorno, en su vida diaria, a donde vaya, con quienes pueda entablar una conversación y poder mantener un mismo canal.
- Se puede comunicar de manera libre con personas de cualquier nivel. Cualquier nivel significa llegar al súper mercado y poder hablar con la cajera, poder conversar con algún gerente del departamento de recursos humanos de una empresa, tomando en cuenta que la persona la persona que se encuentre en dicho puesto tenga la capacidad de comprensión y pueda mantener una conversación con las personas que soliciten su servicio.
- Es una persona organizada durante su vida diaria. Con respecto a esto se refiere que en todo momento puede contemplar llevar a cabo una agenda consigo mismo para que sus tiempos sean mucho más cómodos y pueda disponer de sus tiempos, horarios y no olvidar sucesos importantes.

- Cuando se equivoca acepta críticas. Esto se trata de analizar sobre qué es lo que hizo mal y observar que es en lo que se equivocó, cuando alguna persona externa les hace saber que algo no hiciste bien, no lo hacen de forma mala, lo hacen para que mejores o no te vuelvas a equivocar. Se toma en cuenta cómo es que las personas hagan las críticas porque existen personas que hacen críticas en mal aspecto, pero siempre hay que darse cuenta en que forma y como lo hacen.
- En cuanto se siente incómodo/cómodo lo hace saber de manera natural. Con respecto a este punto, es muy importante hacer mención que; las personas con tal de estar bien en una fiesta que los invitaron se quedan por respeto aun sintiéndose incómodos, tomemos en cuenta que las personas que son asertivas no hacen esto, ellos simplemente si no se sienten cómodos no conviven.
- Manifiesta libremente sus pensamientos y emociones. A las personas asertivas si algo no les agrada simplemente expresar lo que sienten ya que es de suma importancia para ellos poder expresar sus sentimientos (Huerta, 2006, p. 97).

Dee Galassi (citado por Elizondo, 1997, p.16) nos dice que “una conducta asertiva envuelve en forma directa la expresión de nuestros sentimientos, preferencias, necesidades u opiniones en la manera en que nosotros nos dirigimos a otras personas, sin forzarlas, ni menospreciarlas, ni usarlas como medios”. Dicho de otra manera, esta definición me parece bastante amplia debido a que abarca los puntos generalizados para poder entender cuáles son los rasgos que conlleva una persona asertiva.

Adler (citado por Elizondo, 1997, p.16) define asertividad como “la habilidad de comunicarse y expresar tus pensamientos y emociones con confianza y con máxima

capacidad". El autor especifico que la habilidad para poder conocerse a sí mismo es: saber cómo y cuándo él sabrá de qué manera podrá expresarse de acuerdo a su entorno. En cuanto a la capacidad de confianza se refiere a que mantendrá el poder de comunicarse sin ninguna problemática frente a cualquier persona.

Muchos autores han considerado ciertas características que distinguen a las personas asertivas las cuales se mencionan a continuación:

- Se comunica fácilmente con todos. En este punto hace mención que no se le dificultara hablar con cualquier persona, es decir si se encuentra esperando algún turno en el banco, podrá establecer una conversación con la personan que este al lado de ella, sin ningún problema.
- Se siente libre de comunicarse. De acuerdo con este punto, es de suma importancia mencionar y recalcar que las personas se comunican libremente sin importar en que área, situación, junta, reunión, etc. Se encuentre.
- Sabe elogiar y reconocer el trabajo de los demás. Es amable cuando se trata de reconocer la participación de los demás ya sea en; una escuela, el trabajo, la familia, con las amistades este se ve reflejado en destacar lo mejor que han podido aportar a los demás, haciendo notorio su esfuerzo, participación, cooperación, entre otros.
- Utiliza lenguaje claro y apropiado. Sabe qué tipo de lenguaje usar para cada situación que se le presente en la vida, en cada argumento que él tenga que dar, sabrá cómo y qué hacer para que las palabras que desea expresar se entienda, comprenda de la mejor manera, sin que se distorsione la información que se desea expresar.

Con lo anteriormente desglosado se puede comprender qué; la lista de una persona asertiva se puede seguir ampliando debido a que existen muchas posibilidades para poder tener características de una persona asertiva, lo importante y lo que se debe señalar con más énfasis es el comportamiento personal, no sobre lo malo que pueda hacer sino como este aporta a los que lo rodean, buenas ideas, comunicación sin que se distorsione, entre otros puntos. (Elizondo, 1997, p.19).

En cuanto a los derechos asertivos se irán desglosando unos puntos para poder comprender mejor que es lo que se entiende por derechos:

- Tendrá derecho a ser su propio juez y valorar su conducta. Este punto nos hace referencia a que; en cuanto se presenta alguna situación ya sea buena o mal (buena nos referimos a que sea algún tema que se desea exponer, expresar y este sea entendido y comprendido de la manera en que la persona lo desea, es mala la situación debe hacerse notorio que cuando se presente un problema este se verá reflejado en malas palabras, lo que lleva a que la persona sepa cómo manejar y lidiar dichos conflictos). Retomando el punto al que nos enfocamos desde un principio el individuo podrá hacer una valoración en que actuó mal y poder recompensar si es que algo hizo mal.
- Podrá tomar la decisión de meterse en problemas ajenos, ya sea para resolverlos o mejorar algo en ellos. En relación con lo que se acaba de escribir, el individuo podrá tomar la alternativa de meterse en problemas que no le corresponden o si hacerlo teniendo en cuenta que dicha decisión podrá traer causas y consecuencias.
- Ahora bien, podrá obtener el derecho de cometer errores y tomar la responsabilidad de los mismos. En otras palabras, el individuo que es asertivo también comente errores, estas personas no son perfectas solo hacen que se vida cotidiana sea más relajada, tranquila, puedan mantener una relación

equilibrada con su entorno, esto no las priva de ser personas las cuales comentan errores y puedan hacerse cargo de lo sucedido.

- Hay que hacer notar tiene el derecho de pedirle cualquier cosa a las personas, con el asertividad de que la otra persona pueda decir no y no afecte ningún tipo de amistad. Es decir, no obligara a nadie a que le preste, le apoye en algo que la otra persona le esté solicitando, ya que es respetable que en ocasiones las personas no podrán cooperar, ayudar o inclusive no podrán darnos en su momento lo que estamos requiriendo de ellos mismos.
- Para concluir con los derechos de las personas asertivas, se redactará este punto haciendo saber que es de importancia debido a que las personas comprendan que sus derechos no están claros, ellos podrán debatir y aclararlos. si bien se mencionó, las personas que no se sienten con tranquilidad o que presienten que sus derechos no están siendo válidos ellos podrán discutir y hacer que realmente les valgan sus derechos, como puede ser si un individuo se mantiene laborando en alguna empresa y es notorio que a ellos no se les hace valer el mismo derecho que a sus demás compañeros, podrán aclarar de la mejor manera lo que no se les hace valer. (Elizondo, 1997, p.21).

Así pues, la conducta pasiva no asertiva, este tipo de comportamiento es mucho más difícil de sobrellevar debido a la falta de comunicación asertiva, es por eso que se hace una observación en general en donde se encuentre el problema, puede ser en el trabajo si hay un superior a este es el encargado de hacer dicha observación para poder orientar y hacer un acercamiento el cual le simplifique la comunicación con tales individuos; o en otras áreas ya sea, escolar, social, familiar, entre otras. Se elabora el mismo tipo de chequeo para poder concluir cual es el factor primordial el cual este afectando (Elizondo, 1997, p.33).

En relación con lo anteriormente redactado el comportamiento pasivo no asertivo no se ve reflejado a simple vista debido a que en el trabajo como se tomó el ejemplo, si la persona no manifiesta dichos adjetivos, puede ser un obstáculo evitando que no sea notorio y el trabajo de poder identificar a la persona sea mucho más complicado, debilitando los valores y las habilidades que estos contengan. Los puntos que pueden contener son los siguientes:

- Debilidad emocional. Esto hace hincapié a la falta de expresión que la persona puede llegar a tener, tomando en cuenta algunos puntos pueden ser, falta de confianza en su entorno, puede sentir que las personas con las que se rodean se ven desinteresados con su persona, cuando le toca exponer o expresar algún tipo de situación, casi nadie le pone atención o lo hacen a un lado, este tipo de factores hacen que la persona se sienta desinteresado o no pueda incluso poder expresar lo que realmente siente debido a que lo que sus compañeros expresan no lo hacen sentir cómodo y a gusto.
- La ansiedad y el temor son sus principales amigos. Entiéndase que; los individuos que presentan estos dos rasgos son principalmente debido a la falta de manejo de sus emociones, ya que pueden subestimarse con las palabras “si me equivoco, se van a reír de mí”, “si hablo quizá no sepa expresar lo que realmente quiero que entiendan”, se pueden seguir dando ejemplos los cuales pueden ser algún tipo de pensamiento que dichas personas presenten cuando les toque desglosar o exponer alguna situación.
- La falta de comunicación. Esto les perjudica debido a que cuando desean expresarse, dialogar, interactuar, etc. Se le dificulta debido a la falta de acomodación de palabras para que estas puedan ser llevadas al dialogo, muchas veces las personas que no están acostumbradas hablar en público se les hace difícil porque comienzan a somatizar y tienden a expresar las palabras de una manera inadecuada, manifestando todo lo contrario que deseaban expresar.

- Tienen a desconocer los derechos que tienen como persona. En este punto y por último es debido a que no se interesan en leer y llenarse de conocimiento para poder defenderse respecto a, cuando no saben porque se les acusa en el departamento a que pertenecen y se presentó algún problema en el cual se ven perjudicados, se debe reconocer que es lo que saben y que es lo que en cuanto a poder tener las herramientas y mantener el dialogo para poder resolver dicho conflicto o situación en la que se representan (Elizondo, 1997, pp.33 ,34).

Retomando la conducta agresiva, es cualquier acción que conlleve a perjudicar a otras personas, dañándolas con palabras, acciones, actitudes, etc. Las acciones agresivas se verán reflejadas de distintas formas, pero de acuerdo a lo que hemos redactado anteriormente, podríamos dirigirnos más a la conducta agresiva verbal, ya que tiene mucho peso o en su defecto en la vida cotidiana del ser humano esta se ve envuelta por la comunicación de uno a otro. Es decir, un sujeto puede tener la mayor intención de comunicar algo, pero si este no se ve reflejado de una manera adecuada o precisa, se podrá interpretar muchas cosas en torno a lo que se desea comunicar.

- El ser humano se comporta rígido e inflexible. Esto nos da a entender que en ocasiones cuando las personas no se sienten a gusto en cuanto a su entorno no desean comunicar o expresarse de una manera adecuada afectando su entorno. Por ejemplo: si tuve alguna discusión con mi pareja en casa, llego al trabajo y tengo alguna indiferencia con alguno de mis compañeros mi comportamiento se verá reflejado de una manera negativa y no querer participar con los que me rodean, debido a los problemas internos que tengo.
- Se tornará en la necesidad de actuar en todo momento a la defensiva. Con respecto a este punto cuando una persona se encuentra mal en varias esferas de su vida (familiar, social, personal, laboral, etc.) se notará mucho más y con más frecuencia, debido a que se siente incómodo esto se notara

mucho más debido a que anduviera de mal humor todo el tiempo, no pondrá de su parte para poder participar en lo que se le pida.

- Siempre trata de hacerse el gracioso, dejando en ridículo a las personas que lo rodean. Con respecto a lo anterior nos da a entender que las personas con menos equilibrio buscan hacer sentir mal a los demás para poder sentirse bien consigo mismos, esto es desagradable debido a que siempre serán el que trata de llamar la atención por la habilidad que este tenga de ridiculizar a sus compañeros, amigos, familiares, etc.
- Culpa todo el tiempo a los demás por las fallas que este tuvo. En otras palabras, cuando llega a cometer algún error dentro de su área de trabajo no sabe aceptar lo que hizo mal en cuanto a esto siempre buscara a quien echarle la culpa de lo que le sucedió.
- En cuanto al punto anterior, la persona con conducta agresiva se torna grosera, prepotente y sobretodo quiere llamar la atención por lo más mínimo que sea es por eso que el individuo se siente con superioridad. El objetivo principal de este punto, se hace debido a que el individuo no se quiere sentir menor, busca siempre la aceptación de los demás, aun sabiendo que puede afectar a sus compañeros de trabajo poniendo en ejemplo esto que, si está en su oficina, tratara de buscar la aprobación total, sin hacer consciencia de que agrediera a los que lo acompañan.

Las razones principales que aluden a este comportamiento de las personas puede ser; el tipo de conducta que estos tienen para con los que lo rodean, la falta de control de sus emociones provocando que el mínimo detalle lo haga explotar, no se pueden ver en alguna situación de frustración es por eso que no toleran el hecho de saber que algo no pueden hacer o que algo les salió mal, la necesidad que ellos presentan de poder tener

y manejar todo bajo su control, no permiten que los dirijan ya que se sienten con mucha capacidad de poder resolver cualquier detalle o problema que se les presente, claro si algo no sale bien o como ellos lo esperan no lo saben entender y explotan, haciendo sentir mal a los demás, por algo que no hicieron, pero prefieren hacer que otros tengan la culpa que aceptar la culpa que les pertenece, reconocer y aceptarlo.

No obstante, retomando un poco lo ya mencionado, se hace una pequeña reseña de lo que se debe determinar en la conducta agresiva debido a que es de suma importancia mantener un nivel de conflicto de manejo, debido a que, si la persona hace consciencia de lo que está haciendo mal en su vida rutinaria, esto le facilitara su relación con los que lo rodean. Si ellos pueden manejarlo de una manera adecuada, mejor será su equilibrio en cuanto a su persona y su entorno, llevándolo a conseguir un comportamiento asertivo.

La conducta asertiva se ve reflejada en una persona cuando; sabe escuchar a la persona que algún tema le esta externando, recibe los mensajes de creencias y opiniones de manera adecuada, sin que se vea un enganche de la persona asertiva ya que sabe comprender, analizar y dar una buena opinión de lo que está sucediendo, en cuanto a otra persona o con su entorno (Elizondo, 1997, pp.36-41).

Con relación a todo lo que se ha descrito anteriormente, se explicaran las fases de la enseñanza de conductas asertivas. Tratando que el lector comprenda de la mejor manera posible dichas fases:

- La fase I es la proyección, la cual tiene como objetivo principal poder recordar absolutamente todo lo que lo rodea en cuanto a información, problemas por resolver, algún tema truncado, entre otros. No obstante tener en cuenta que las personas hayan pasado por alto los derechos de los que lo rodean, se vea perjudicada la persona haciéndole más débiles sus habilidades, en todo lo que se pueda desempeñar de una manera

adecuada. En esta fase se ven implicadas tres preguntas, las cuales pueden ayudar a resolver con asertividad los elementos ya mencionados; ¿Quién? Los que estén involucrados en cualquier circunstancia que se presente, ¿Cuándo? En qué tipo de contexto se está desarrollando dicha situación, ¿Qué? Cuáles son las principales escenas que se ven implicadas. Después de resolver y contestas dichas preguntas las cosas se pueden tornar más fáciles de resolver.

- Fase número II nos hace mención al análisis que pueda tener el nivel de inconformidad de las personas que se vean implicadas, por otro lado, dar a conocer que es lo que se desarrolló en la problemática. Es decir; lo que se vea ligeramente amenazante la causa que sea la inconformidad de X individuo, pensar y darle vueltas al asunto por más de dos semanas, entre otros. Lo que sea levemente amenazante, lo puede llevar a la frustración, piensa u ocurre este suceso por lo menos una vez a la semana. La escena que será la más grave la que realmente causa un temor impresionante, lo piensa diariamente.
- En la fase III la cual se destaca como ver, después de describir las fases anteriores y conocer mejor que es lo que les frustra, las preguntas que podemos conocer para darle solución algún tema en confusión esto será y sin lugar lo más importante debido a que en esta ocasión nos hace mención notar como es que cada individuo reacciona, pero en cuanto a las emociones, como las podrá desarrollar ante cualquier circunstancia que se presente. Será de suma importancia tomar en cuenta sus sentimientos para poder pensar en forma más realista sobre las causas y consecuencias que le dirijan a ser una persona asertiva y poder contar con las herramientas necesarias para saber de qué manera actuar ante cualquier situación que se le presente.

- En la última fase IV la cual es hablar, se refiere finalmente a poder planear y redactar un guion por así llamarle, para poder negociar y saber de qué manera resolver algún conflicto, ya sea que se pueda expresar de manera clara, concisa y positiva (Elizondo, 1997, pp.52-53).

Para finalizar el tema de comunicación asertiva tomemos en cuenta y sin hacer a un lado que las relaciones interpersonales son una fuente de satisfacción importante en su vida, la cual sea una comunicación clara y abierta, ya que si no contamos con estos puntos se verá afectada de tal manera que se tornara como ya se mencionó anteriormente, pueden llegar a ser agresivos y tornar la comunicación un tanto confusa, llevándolo a obtener una comunicación sin comunicación. La asertividad tiene como objetivo defender los derechos propios en cuanto la expresión que ellos tengan sin agredir a los que los rodean, lo que se cree, piensa y cree, sin ofender a su entorno. el ejemplo que nos trata de dar lo ya mencionado depende mucho de cómo se lleve a cabo la comunicación que tengas con el otro individuo al que te diriges, ya que si tu como empleado deseas hablar con tu jefe y el se encuentra preocupado por algún tema familiar, no tendrá la cabeza en el trabajo ya que existe un tema secundario el cual no le permite tener la mente en tiempo y espacio en el que se encuentre, se verá reflejada una respuesta negativa y no sabrás que hacer debido a la mala contestación que obtuviste de tu jefe (Pick et al, 1998, p.235).

Por el contrario, no se confunda el significado de lo que es asertivo y agresivo ya que son palabras que se parecen, pero no tienen mucho que ver debido a que ser asertivo se caracteriza como; hacer valer los derechos los cuales son que la persona pueda expresar de manera clara lo que piensa, cree y siente. Otra de las características que tiene una persona asertiva las cuales ya se mencionaron, pero se retoman, son las de saber decir si quiero hacer algo o no quiero hacer algo, se debe respetar y no obligar a la persona si esta no decide participar en algún evento si este considere dañe a su persona.

En cambio, la conducta que es agresiva siempre rompe la comunicación sin embargo una persona asertiva no lo hace, es decir cuando nos topamos a lo largo de nuestras vidas con personas que son agresivas nos intimidan, sin saber que ellos son lo que están siendo groseros y uno no tiene por qué callar, al contrario, es cuando se hace valer sus derechos, pero que pasa con las personas que son agresivas; todo el tiempo se sienten frustrados, se enojan con facilidad, etc.

En cuanto identificamos el significado entre una y otra podemos comprender mejor las relaciones que se presentan a diario en nuestras vidas, podemos darle un porque a la conducta que cada individuo, tal vez anteriormente no comprendíamos porque se comportaba así mi jefe, o que pasaba con mi mamá cada que regresaba a casa después de la jornada laboral, es precisamente en este párrafo en donde podemos comprender mejor la situación por la cual pasa cada individuo y no la hacíamos notar (Pick et al, 1998, p.236).

1.3 Estudios sobre asertividad.

El objetivo principal del artículo que se investigó, es hacer saber al lector todo lo que en grupos o individualmente se podrá obtener a través de una comunicación asertiva, es cierto que en ocasiones las personas no saben cómo expresar sus ideas o su forma de ver algún tema que este mal o se esté indagando en él, es por eso que en este artículo nos hacen referencia sobre algunos casos que se realizaron para poder determinar con mayor especificidad las circunstancias que se pueden detonar y llevar a la práctica.

Es interesante dicho artículo debido a que desglosa la mayor parte ideas principales y algunos ejemplos para que se pueda comprender mucho mejor lo que se quiere dar a

conocer, te desplaza algunos autores que anteriormente se han descrito debido a esto se hace más complejo ya que si te surge alguna duda se puede buscar el autor ya que son reconocidos en el tema de la asertividad (Terroni,2009, pp.35-43).

Con respecto a la investigación de asertividad que se redacta en el texto, se denota bastante información debido a que con ejemplos va detallando la asertividad, como es que el ser humano en ocasiones suele confundir la asertividad con la autoestima, a que se refiere esto; indica que el ser humano en ocasiones va a dar su punto de vista de acuerdo a como se sienta enfrentándose a sus propios medios es decir se verá perjudicado o beneficiado de acuerdo a lo que lo rodee, esta teoría como bien se sabe se le reconoce a Iván Pavlov, el cual estudio el medio en el que tanto humanos como animales se van adaptar al medio en el que se desenvuelva.

El comportamiento asertivo consiste en expresar lo que se ve, se siente y se desea en forma directa y honesta debido a que serán una de las características que ayude al individuo a desarrollarse de una manera más explícita como se ha mencionado anteriormente se debe hacer respetar sus valores y creencias, en todo lo que se a descrito hasta este párrafo se puede leer que las personas asertivas tienen características las cuales están descritas anteriormente, es decir estas personas suelen tener mejor comunicación asertiva con el entorno el cual se ven entrelazado día a día, es una pequeña reseña puesto que todos los integrantes de dicho artículo aportan ideas muy parecidas debido a que todo se engloba en un solo tema para poder comprender mejor e ir detectando las personas asertivas en el diario vivir (Pick et al, 2009, p.404-421).

Acerca de lo que se ha redactado se debe tomar en cuenta que también entra la etapa del adolescente en cuanto tiene que comunicarse con sus padres, durante dicha

etapa el adolescente se siente incomprendido y no sabe en ocasiones como manifestar lo que siente y lo hace quizá de una forma incorrecta, provocando distorsión en su comunicación, es por eso que los padres de familia se debe acercar a los hijos ya que en dicha etapa el hijo buscara el consejo de un amigo el cual se vea en la misma situación que él, porque de ese modo se siente comprendido, es decir el amigo que le brinde un consejo aun no tendrá un raciocinio consciente y podrá perjudicar en algún momento lo que se quiera llevar a la práctica. Menciona el párrafo que en el año 2020 habrá mucho adolescente esto será causa para poner más en práctica la relación que se tenga con los hijos y dentro de las familias ya que en ocasiones se sienten incomprendidos y van buscando la aceptación en otro lado, que no sea la familia (Pick et al, 2017, pp.58-65).

De acuerdo a lo anteriormente redactado el lector puede hacer una reflexión sobre cómo es que se comunica de acuerdo a su entorno, se describe ampliamente que es la comunicación, tengamos en cuenta que todas las personas se ven en la necesidad de comunicarse diariamente con su entorno ya sea teniendo un lenguaje corporal, manifestando su inquietud o comodidad de acuerdo como se expresa verbalmente, ya que esto se verá beneficiado porque así se sabrá si realmente lo que comunica está expresando.

Es también de suma importancia desarrollar esta habilidad comunicativa ya que si se tiene el puesto de gerente en una tienda departamental tendrá que contar con las habilidades de desarrollo para poder ejecutar cualquier situación grave o moderada que se le presente en su trabajo, tener manejo de grupo ya que en ocasiones esto resulta un poco tormentoso porque a las personas no siempre les va a interesar lo que se les esté planteando, provocado por los problemas que tiene en casa, con su pareja, en la universidad, etc.

En relación con lo anterior se puede comprender como muchas personas en ocasiones no saben cómo comunicarse y tienden a expresar poco de lo que en realidad quieren dar a conocer, es por eso que existe la asertividad para poder mejorar las relaciones y sean más claras las interacciones entre las personas, si eres asertiva podrás tener relaciones con las demás personas y poder manejar de manera pasiva las circunstancias que se le presenten , ya que cuando una persona cuenta con las habilidades de saber en qué momento dar su punto de vista, poder expresar de manera pasiva y poco agresiva, podrá mantener su entorno más relajado. Que pasa con las familias que son asertivas, cuando se trata de corregir algo que hizo mal uno de sus hijos ellos cuentan con las palabras apropiadas, los ejemplos y las decisiones que ambos toman son para mejorar el entorno del niño o en lo que se expresó mal. Es importante saber que el individuo cuenta con derechos de acuerdo al asertividad ya que en el mundo existen personas que son amables, déspotas, groseras y poco comprensivas, en ocasiones las personas confunden el ser respetuoso con ser tonto porque no muchas veces las personas reaccionarán de manera grosera y poco comprensivas, se requiere de mucho conocimiento y poner de la parte de cada individuo para establecer relaciones asertivas.

CAPÍTULO II

LA IMPORTANCIA DE EDUCACIÓN FAMILIAR

2.1 La Familia.

A lo largo de la vida el ser humano ha tenido la habilidad de mantenerse en contacto con las personas que lo rodean, ya sean sus padres, tíos, primos, entre otros familiares que conforman dicha relación. Respecto a lo anterior es de suma importancia establecer lazos entre ellos en determinado momento y a lo largo de su vida, es decir se entiende que por necesidad el ser humano se verá relacionado con otro ser humano, manteniendo una interacción afectiva-amorosa, que de ser exitosa avanzará a la formación de una familia.

Desde una concepción tradicional, se puede observar que “la familia ha sido el lugar primordial donde se comparten y gestionan los riesgos sociales de sus miembros” (Carbonell, citado por Oliva y Villa, 2013, p.12). Es decir, los que mantienen relación familiar son quienes comparten sus pensamientos, estereotipos, ideologías, creencia. Se entiende que las personas nacidas en el mismo núcleo tendrán en común dichos puntos.

Los investigadores consideran a la familia un verdadero agente activo del desarrollo social: célula en la que se crea y consolida la democracia, donde se solucionan o acentúan las crisis sociales y donde la mayoría de los ciudadanos encuentran afecto y especialmente seguridad. En este párrafo se nota un tanto vacío debido a que el concepto de familia se engloba de una manera poco entendible, sin embargo, lo que menciona en cuanto a las crisis sociales y el afecto que los integrantes encuentran realmente sí es cierto en esos objetivos debido a que la mayoría de las familias es lo que busca sentirse parte de su familia, encontrar en ella agentes de seguridad.

La familia se va formando debido a tres tipos de subsistemas, los cuales son; el conyugal nos hace referencia al matrimonio que es por un hombre y una mujer, el parental el cual está formado por la relación que tienen los padres con los hijos y por último es el fraterno consiste en la relación que se establece entre los hijos. Hacemos énfasis en este párrafo para que se pueda comprender mejor de lo que será las relaciones que conllevan al subsistema (Papalia, Wendkos y Dusti, 2001, p.17).

Para continuar con el párrafo anterior se hace una reflexión sobre el sistema familiar el cual siempre presentara un cambio debido a que estarán presentándose continuos cambios de desarrollo, como pueden ser; si en casa tienen un hijo el cual está próximo a presentarse la adolescencia este, presentara distintos cambios de humor, no saber expresar sus sentimientos y emociones adecuadamente, es en este punto en donde toda la familia presentara un desequilibrio y este tendrá que saber cómo manejar dicha situación.

En relación con lo anterior existen dos fuerzas que el sistema requiere para saber de qué manera abordar la capacidad que cada individuo pueda manifestar, los cambios que presente en cada etapa y la otra es las tendencias al homeostasis en otras palabras mantener la constancia de lo anterior. Es decir, saber de qué manera ayudar a cada individuo para poder desarrollarse en diferentes áreas a las que se vea expuesto y no necesariamente dependa de papá o mamá para poder desenvolverse (Eguiluz, 2003, p.4).

La familia como un sistema activo y regulado, los sistemas se crean, a través de múltiples interacciones, una serie de reglas que configuran su estructura (Minuchin, citado en Eguiluz, 2003, p. 4). Estas se verán afectadas por ensayo y error debido a que tendrán que enseñarle los padres, a los hijos modales, saludar cuando lleguen algún

lugar determinado, despedirse cuando se retiren, levantar sus platos de la mesa, acomodarse si es que los invitaron algún lugar y les ofrecieron comida, agua, ser atentos, respetuosos con las personas mayores, en cuanto se van aprendiendo mejor los buenos modales, estos los van poniendo practica día a día esto se vuelve cotidiano, no banal, provocando unos niños, adolescentes, jóvenes, adultos de buena educación.

En cuanto a las etapas que se van presentando estos de manera distinta haciéndose notar los cambios dentro del sistema los cuales pueden ser; cuando el padre de familia perdió su trabajo, la madre está enferma y esto puede provocar un desajuste en diario vivir de cada uno que conforma el sistema. Se debe tener en cuenta que todo cambio requiere un proceso para poder adaptarse a lo que se presenta ya sea nuevo o se tornen las cosas un tanto mal para cada uno de los que están viviendo en el mismo proceso. En cuanto a este tipo de cambio es importante que todos se adapten a los nuevos cambios ya sean externos o internos ya que si alguno se queda estancado se verán en la pena necesidad de que todo no se lleve a cabo como se quiere y esto contenga malas vivencias o buenas vivencias.

La familia como sistema abierto en interacción con otros sistemas, cuando esta se ajusta y se modifica a su estructura central por ejemplo pueden ser; la escuela a la que los hijos asisten, el sistema laboral de los padres, ya sea que ambos trabajen y ambos tengan horarios diferentes, o con los vecinos que se rodean. Todos estos sistemas que se presentan pueden generar varios cambios en la familia necesariamente con sus ideas, reglas, creencias y religión provocando cambios en el grupo familiar.

La familia se conforma en un sistema que va a participar en otros sistemas. Para Ochoa de Alda (citado en Eguiluz 2003, p 6). el sistema familiar se compone de un conjunto de personas, relacionada entre sí que forman una unidad frente al medio

externo, esto nos hace referencia a un concepto para comprender mejor como es que cada familia es un sistema y que es lo que cada uno puede aportar haciendo mejor la relación interna.

Hay que destacar que la descripción con el concepto de límites entra como fundamental descripción ya que los límites son una línea de demarcación, y que al mismo tiempo hacen su función como frontera de intercambio de comunicación, afecto, apoyo y demás entre los individuos o un sistema. Nos hace referencia que cada uno de los que sean integrantes de dicho sistema podrán aportar diferentes tipos de opiniones, ideas, intercambiando todo mediante una comunicación de suma importancia y de valoración para que cada uno se pueda quedar con lo mejor que se les proporcione (Eguiluz, 2003, p.5).

Las propiedades de la familia como sistema Minuchin señala que las familias se pueden observar mediante propiedades de totalidad, causalidad circular, triangulaciones, alianzas, centralidad, reglas de relación. Entre otros puntos es importante saber este tipo de propiedades que cada una de las familias van a considerar a lo largo de sus sistemas, ya que cada una se desarrollara debidamente en puntos.

- Totalidad, es el comportamiento de todo el sistema familiar, lo cual se va a ver afectado debido a las decisiones que tome algún integrante de la familia, pueden ser; cuando un hijo se gradúa, estos se verán repercutidos debido a que si es el primer hijo que se gradúa esta felicidad se verá reflejada y todos la querrán celebrar.
- Causalidad circular, las relaciones entre los miembros del sistema se presentan en forma repetida y recíproca, por ejemplo; cuando en el matrimonio se presenta

alguna indiferencia y estos se ven en la necesidad de externar lo que sienten mediante gritos e insultos, los hijos se verán perjudicados debido a que no se esperan tener este tipo de escenas se torna la situación más penosa y el niño no sabe qué hacer se pone a llorar, la madre toma la decisión de irse a encerrar en su recamara el padre toma a su hijo, si la decisión no se terminó de una manera apropiada esto se verá en la pena necesidad de volverse a presentar haciéndose notario varias veces a la semana.

- Equifinalidad, un sistema puede alcanzar el mismo resultado final partiendo de condiciones iniciales diferentes, de la misma manera un concepto distinto, pero relacionado con el anterior, es el de la equicausalidad, el cual implica que la misma condición inicial puede llevar a resultados distintos. Es decir, todos se proponen una meta las cuales son; en cuanto ellos requieren formar una familia establecen una comunicación para estar en común acuerdo, todos los integrantes de la familia se plantean metas.
- Jerarquías, todos los sistemas se presentan de diferentes maneras, de acuerdo en que unos ocupen diferentes lugares entre cada uno de los individuos que lo conformen, mientras que otros consiguen un lugar menor o por debajo de estos, las jerarquías son las que puedan conseguir distintos tipos de factores como, la edad, conocimientos, géneros, riqueza u otros. En otras palabras, cada uno de los hijos establecerá un lugar debido a que puede ser el primer hijo del matrimonio, el hijo que tiene mejor conocimiento intelectual en la escuela pueda ser el hijo de en medio y el pequeño pueda tener buenas habilidades en los deportes. Es así como se establecen las jerarquías.
- Triangulaciones, con este término se hace referencia a las relaciones duraderas formadas entre los distintos miembros del sistema, entre los cuales dos personas del subsistema puedan establecer una relación más allegada que con otro integrante, el cual puede ser, si al padre le gusta el futbol y su hijo pequeño tiene

el mismo gustos estos dos tienden a establecer una relación mucho más allegada a la de los demás, estableciendo una triangulación porque es esto llamado así, en cuanto a lo anterior nos hace referencia la relación amplia que se forma entre el padre y el hijo menor haciendo notorio algún celo por parte de otro de los hijos provocando problemas debido a la relación que el hijo menor y el padre presentan.

- Alianzas, al igual que en las triangulaciones son las relaciones construidas de la misma manera que lo anteriormente mencionado. Pero están suelen ser menos duraderas que las anteriores debido a la falta de interés que se presenta, por ejemplo; si el padre tuvo una discusión con la madre recientemente este se aliara a los hijos para poder tener una relación más allegada a la de la madre, ya que ella probablemente no tenga ganas de conversar con él provocando poca estabilidad entre ellos, es cuando se aprovecha mucho mejor la alianza, una vez que el problema está resuelto esto se verá destruido ya que la alianza solo era con un objetivo.
- Centralidad, es generalmente observada cuando uno de los integrantes del sistema se ve emocionalmente mayor que la de los otros debido a que este se presenta cuando un hijo está enfermo toda la atención será para él, haciendo a un lado por el momento a los demás integrantes, esto no solo se ve si el hijo está enfermo, puede hacerse notar si alguno de los hijos va a participar en algún evento escolar y este requiere de suma importancia, todos los integrantes del sistema se verán implicados en estar al apoyo del hermano, haciendo esto como centralidad, hacer que el integrante vulnerable o el cual necesite apoyo deberán estar más cerca de él.
- Reglas de relación. Las formas de interacción constantes generan reglas de comportamiento que dan una estructura más estable al sistema. En otras palabras, cuando se tienen inquietudes en la adolescencia, la hija le hace mención a la madre que le falta atención a la hija por parte de su madre, debido a que ella está

en una etapa en donde es el descubrimiento de las emociones y sentimientos lo cual provoca que ella se sienta desplazada de la madre, sin hacer notorio que la madre está ahí para su hija cuando la necesite (Eguiluz, 2003, pp.6-7).

Acerca de todo lo que se ha redactado hasta el momento, el lector tiene más conocimientos para comprender mejor como es que se forman las familias teniendo en cuenta los sistemas que se mencionaron en las hojas anteriores; por ejemplo, se puede comprender como y cuándo es que se forma el rol de esposos es propiamente en cuanto ellos se sienten con la confianza de poder entender en que momento su esposo va a reaccionar de una manera grosera o tomara todo con calma, lo mismo ocurre con el esposo por conocimiento de ya algunos meses incluso años comprenden en que momento poder platicar con su esposa para aclarar algún tema, es de suma importancia conocer todos los roles que tiene y van formando las familias.

Así mismo que ocurre con cada uno de los puntos que se mencionaron en relación con el sistema, debido a que en ocasiones se asombran las personas por que los padres llegan a ser tan liberales pero lo que no se tiene en cuenta es como es que ellos establecen sus relaciones para poder llevar una vida más relajada en ocasiones esto ocurre de esta manera porque regularmente se atribuyen la manera en como a ellos los educaron y toman lo que mejor les acomode para la enseñanza de sus hijos, existen otro tipo de padres los cuales jamás se interesan en la vida de sus hijos, no les hacen caso respecto a sus sentimientos, solo están para reunir las necesidades que van presentando, pero en tanto a lo anterior es de suma importancia conocer las alianzas que se forman, las coaliciones, entre los demás puntos que se redactan en las hojas anteriores, en la actualidad se han perdido muchos valores los niños y adolescentes no respetan a sus mayores, sería bueno hacer una reflexión en este párrafo porque no es tan normal que los valores y la educación se vaya perdiendo, esto se atribuye a las redes sociales todo el impacto que han creado para los niños de hoy en día que se olvidan se redactarles todo lo que deben seguir haciendo y no por costumbre sino porque es de

suma importancia tener en cuenta todo lo que se puede obtener gracias a la buena formación desde casa, “nadie enseña a los padres a ser padres” esta frase es muy cierta pero lo que si podemos tener en cuenta en este párrafo es que no puedes dejar hacer lo que tu hijo quiera, en la calle le van a enseñar todo lo malo o en su defecto si tiene amistades buenas podrán enseñarle y el adquirir cosas buenas para su vida, no obstante los padres aun cuando se presentan en alguna situación poco agradable, es por ello que es de suma importancia para la formación de adultos sanos y notablemente respetuosos que sus padres o su familia tomen en cuenta todos estos puntos que se presentan y puedan orientar de la mejor manera posible a ese pequeño.

La familia es, desde el punto de vista de Madanes (citado en Eguiluz, 2003, p. 8) un grupo fundamental de autoayuda. Es claro que si ocurre un problema en el ámbito del contexto y el contexto más importante son las relaciones con las personas significativas, las relaciones cambian, y con ellas las personas. Globalmente lo que se menciona es el ejemplo que si en el sistema existe un conflicto como este puede perjudicar a las que lo integran de una manera inmediata o instantánea.

El ciclo vital de la familia para Carter y McGoldrick (citado en Eguiluz, 2003, p. 8). quienes ven a la familia como un sistema vivo y en constante evolución, los hechos nodales de esta transformación cíclica del sistema familiar son la relación de noviazgo, el matrimonio, la crianza de los hijos, la partida de estos del hogar y la muerte de algún miembro de la pareja. Lo anteriormente mencionado presenta un cambio constante debido a que se debe adaptar a las nuevas reglas que se estén presentando por lo que puede quedar marcado por una crisis o una inestabilidad. Es decir, cuando el sistema empieza a dejar de sé cómo tal uno, los integrantes se van o simplemente uno de los padres dejo de vivir, esto se verá reflejado en que ahora cada uno tomara un camino, aunque cada uno presente inconvenientes o quede marcado por el suceso que los obligo a mantenerse de la forma en la que están viviendo ahora.

La crisis que fue una de las palabras que se menciona anteriormente se le dará el significado para que el lector comprenda mejor la palabra, es la oportunidad de poder hacer cambios en su vida, no necesariamente ligadas a que sea algo malo debido a que producen transformaciones adaptativas que van de la mano al cambio del entorno, haciendo que la persona salga un poco de su zona de confort es por eso que en ocasiones todo esto se torna difícil o se comprende como algo malo, pero no es así necesariamente.

Cabe señalar que las etapas del ciclo vital no son rígidas ni están ligadas obligatoriamente a las edades de la pareja, mientras más jóvenes sean las parejas que se formen mayor peso tendrán los papás y los abuelos de dicha pareja nueva que comienza un ciclo. Por dicha razón es de total importancia considerar tres generaciones las cuales son; a la pareja con el sistema de padres y abuelos. Los hijos de entre 20 y 25 años vivirán el proceso de enamoramiento como el cual es, cuando los padres están saliendo, se van conociendo, van teniendo detalles mes con mes, esto va haciendo que el amor sea más grande con el paso del tiempo y la formación de la pareja, maduran juntos, se proponen metas ya más concretas, etc. Los padres que se encuentran en la edad de entre 45 y 55 años se encuentran en la etapa del desprendimiento o también llamado nido vacío esto es señalado cuando los hijos ya dejan de vivir con los padres debido a que iniciaron la etapa de la universidad, ya egresaron lograron conseguir un empleo fuera de la ciudad o ya se casaron. En cuanto a los que se encuentran con las edades de 65 y 75 años se verán en el proceso de adulto mayor y estar recibiendo su pensión. Cada uno de los subsistemas se enfrentarán a diferentes crisis de acuerdo a la etapa en la que se estén presentando.

A continuación, se irán analizando cada uno de las etapas más importantes del ciclo de la vida familiar. Enamoramiento y noviazgo, se entiende que las relaciones de pareja inician cuando dos personas de sexos opuestos comienzan a sentir sentimientos en

común, el proceso de enamoramiento es uno de los fenómenos colectivos más interesantes, debido a que a pesar de ser grupal la intervienen solamente dos personas.

Para Alberoni, este tipo de movimiento colectivo tienen tal fuerza y magnitud, que es capaz de dividir lo que esa uno y unir lo que está dividido para formar un nuevo sujeto social; lo cual será una pareja que este siendo amada por la otra la cual tenga el mismo objetivo que ella, darse amor mutuamente.

De acuerdo a lo anterior a una pareja que tenga posibilidades de desarrollarse, es de suma importancia que tanto como él y ella se encuentren decididos a renunciar a sus familias haciéndose autónomos y autosuficientes. Lemaire (citado en Eguiluz, 2003, pp.9-10) nos habla sobre la importancia de la diferenciación del self que el joven debe realizar previamente en su familia y de la confirmación del self dada por el trabajo. Esto hace hincapié a la diferenciación y la confirmación del yo son los rasgos de madurez los cuales repercutieron para que se pueda formar una relación de pareja.

Durante esta primera etapa se nota y se ve reflejada la negociación que conllevará al descubrimiento de cómo es que cada uno le gustan las cosas, como pueden ser, la intimidad por eso se establecerá una comunicación para poder determinar este tipo de situaciones que se van a ir presentando en la vida cotidiana de dicha pareja que se está formando. Como es que ambos van a aportar algún tipo de ayuda para la casa en la que estén viviendo, quien se encargará de realizar los pagos, lo anteriormente redactado es de suma importancia debido a que cada uno de estos puntos es de gran ayuda si se establece desde el principio ya que se tendrán claras las cosas a lo largo que se vayan presentando problemas.

En la etapa del noviazgo es muy común que deseen pasar la mayor parte del tiempo juntos y que durante este tiempo cuenten sus historias de vida, como me caí a los 6 años y es por eso que tengo esta cicatriz, irse interesando en cada una de las cosas que a la persona le pasaron, incluso sincerarse con esta persona debido a que algunas cosas o en ocasiones no todo se le cuenta a las personas que nos rodean debido a la falta de confianza y es por eso que a este individuo el cual empieza a formar parte de su vida cotidiana le presentan y platicas todo lo que pudiste vivir anteriormente, quizá salgan a relucir algunos traumas y este te ayuda a ir superándolos con forme pasa el tiempo de la relación.

Alberoni explica lo siguiente:

La reciprocidad del amor significa que ambos quieren a la vez lo que es importante para cada uno. La individualización distingue, da valor a las diferencias, de modo que las preferencias del amado sean para el otro modelo ideal y ley; que mis preferencias del amado adquieren a mis ojos valor ejemplar. La fusión presiona para que estas preferencias diferentes converjan en construcción una única voluntad (citado por Eguiluz, 2003, p.10).

En relación con el texto anterior podemos identificar como si el esposo o la esposa quisieran imponerles su forma de ser, actuar, interactuar con los demás, al otro, es decir intentando que se conformen uno a uno, así mismo para agradarle a su compañero de vida, debido a que ellos se sienten en confianza y pueden interactuar de una forma innata.

2.2 Los tipos de familia.

El matrimonio en la relación de pareja es cuando ambos deciden tomar el rol de esposa o esposo, mediante un ministro eclesiástico o un juez para que esto se lleve a cabo mediante testigos, sin embargo, no todas las personas o parejas ven como algo primordial tener que contar con el apoyo de una hoja que avale el contraer matrimonio, haciendo su unión de una forma sencilla la cual es; se van a vivir juntos y ambos están de acuerdo en cuanto a la manera en que se lleva a cabo dicho amor.

En cuanto a las familias de cada uno en ocasiones ellos no están de acuerdo porque no es de buen ver que se vayan a vivir en unión libre ya que probablemente ellos si se casaron por la iglesia y tienen un papel que es elaborado mediante un juez y testigos, es por eso que en ocasiones este tipo de decisiones no las toman de una buena manera, es por eso que se lleva a cabo una plática entre los nuevos esposos y se puede comprender que establecen una comunicación para tener común acuerdo.

Una de las situaciones primordiales que estarán muy a la orden del día, serán como y quien va hacer determinadas tareas en el hogar, es decir; si ambos trabajan llegarán a comunes acuerdos para poder establecer una cooperación mutua en el hogar que están formando, es debido y preciso que se realicen este tipo de comunicaciones debido a que si no se ponen en claro desde un principio las “reglas” esto tendrá una colaboración un tanto pesada debido a que ella o él se vean como “encaje” y quede más peso o más responsabilidad en el esposo o en la esposa, por eso es necesario mantener un equilibrio (Eguiluz, 2003, p.11).

Los estilos de crianza se van a desglosar brevemente para que el lector tenga conocimiento de cada uno de ellos, debido a que es una información poco conocida por el motivo de que se cree tener un estilo de padres común como el de cualquier otro padre de familia, el cual es erróneo en su totalidad porque no siempre es así, a continuación, se describe cada uno:

- Existe el padre paternal autoritario, este es restrictivo y punitivo. Dichos padres tienen el papel de exhortar a sus hijos en cuanto a la obediencia, y que se les tenga un respeto debidamente. Ellos establecen límites y controles dentro de la familia, permiten muy poco intercambio verbal, haciendo énfasis es poca la comunicación que tienen con sus padres, el hecho de que los padres se comporten así obligaran a que sus hijos no tengan una integración social adecuada haciéndolos que se mantengan siempre solos, mostrándose ansioso y mostrándose con poca comunicación con los de su entorno.
- El estilo paternal autoritativo es el que impulsa a sus hijos para que puedan ser independientes, es decir aun imponiendo límites y controles, sobre sus acciones. Dando un ejemplo el padre se puede acercar a su hijo para hacerle ver lo que hizo mal después de haber realizado una acción. Permitiéndole el contacto con su padre.
- Por lo que se refiere al estilo parental indiferente es propiamente una manera o costumbre de ejercer la paternidad. Este indica que los padres no se verán involucrados en la vida de sus hijos, en cuanto sus hijos crecen o desde pequeños no se verán implicados en las decisiones que ellos vayan tomando a lo largo de sus vidas. Dicho estilo de vida se verá implicado en cómo estos niños se comporten en su vida diaria, probablemente tengan problemas de conducta, no saber qué tipo de decisión tomar en cuanto a si es bueno o malo solo se verán guiados por su instinto.

De acuerdo a lo anterior se hace énfasis para conocer cómo es que los padres van tomando los papeles en cuanto a las enseñanzas de sus hijos, de acuerdo con los puntos mencionados, ya que el lector conoce más sobre el tema, puede comprender cuál es el motivo por cómo se comportan algunas personas, niños, adolescentes, etc. (Santrock, 2002, pp. 97-98).

Sobre el gran número de familias que vienen de divorcios existen muchos niños que son criados fuera de un sistema, debido a que crecen un tiempo con la madre, los fines de semana con el padre este se verá a lo largo del crecimiento del niño, por tal motivo es entorpecido su entorno si este no tiene un adecuado modelo de educación. Los complejos que presentan los niños dependerán de; la edad que presente, las habilidades que tenga y como actúen en cuanto los padres son divorciados. Le servirá mucho al niño cual sea su actitud dentro del área escolar debido a que es el lugar en donde pasa la mayor parte del tiempo, si se ve perjudicada esto será reflejado, probablemente si es un niño el cual participa y siempre presenta su punto de vista en el momento que se encuentre frustrado por no saber que pasara ahora con su vida esto será reflejado en el área escolar.

Sin embargo, si el lleva un equilibrio en su entorno se vera de igual manera reflejado, pero sin presentar muchos cambios, es probable que le afecte, pero de menor grado. Es cuando se engloba totalmente todo lo que se ha descrito en las hojas anteriores debido a que si en las relaciones se toman en cuenta la comunicación asertiva, los roles y se ponen de acuerdo como pareja que aportara cada uno, no se verá afectada dicho matrimonio o si se ven en la necesidad de divorciarse ellos podrán mantener una relación buena debido a que se formaron con buenas bases saben cómo atender las necesidades uno del otro, tanto que si se presentan casos difíciles sabrán cómo abordarlos en tiempo y forma.

2.3 Educación familiar

Por un lado, en cuando dos personas deciden formar un matrimonio después de un tiempo ellos tomaran la decisión de empezar a engrandecer su hogar y poder integrar a los hijos, esto es una situación la cual se presenta con tiempo, se planea, se elaboran responsabilidades para que cada uno pueda adquirir ciertas obligaciones.

Los padres de familia se ven en la necesidad de saber e interesarse como y cuando establecer reglas con sus hijos, es de suma importancia este punto ya que a lo largo se verá reflejado en el niño el comportamiento que el tendrá con el entorno, en dicho artículo se puede apreciar todos los cambios que presenta el adolescente, se hace énfasis debido a que los padres de familia en ocasiones no saben que les sucede a sus hijos pero es aquí justamente en donde se hace notar con ejemplos, cosas que pasan en la vida cotidiana (Pick et al, 2017,pp.58-65).

Se observa que cuando los padres de familia presentan muchas responsabilidades en cuanto a; casa, trabajo, relación familiar, entre otros puntos que el padre de familia cumple en su diario vivir, este comienza a presentar algunos síntomas como; la ansiedad la cual surge cuando se tienen problemas; laborales, escolares, familiares, etc. Es decir, si el padre de familia no está bien segmentado en lo que es y hace no podrá tener una comunicación amplia con sus hijos o entorno. Es por eso que es importante tomar en cuenta todas las vertientes que dicho problema traerá, cuando en casa se tiene un hijo adolescente existen muchos riesgos de que algo malo o grave pueda pasar debido a que puede asociarse con el consumo de tabaco o alcohol (Da Dalt, Difabio, 2002, pp. 119-130).

CAPÍTULO III

MODELO Y ÁREA PSICOLÓGICA

3.1 Antecedentes teóricos del modelo psicológico: sistémico.

La familia es un sistema por así decirlo, ya que este lo formara por lo regular; mamá, papá e hijos, la familia es un sistema relacional debido a que tendrán parentesco, rasgos parecidos, algunos además iguales, formas de hablar o interactuar en común, etc. Lo conformarán personas de diferentes edades, que por lo general compartirán el mismo techo, debido a que son una familia. Se considera a la familia la unidad fundamental de la sociedad, debido a que es un grupo social, el cual es el primero que se encargara de desarrollar a ti como niño, las habilidades, las maneras de expresarte y defenderte del mundo externo el cual sea tu familia (Eguiluz, 2003, p.3).

El fundador de la teoría estructural sistémica el cual fue Salvador Minuchin, le da un concepto a la familia el cual es mencionado en los siguientes puntos; los integrantes de la familia se encargarán de darle a conocer a los demás integrantes un sistema abierto, en el cual pueda existir la expresión inmediata, la confianza de saber que podrán comentar lo que sienten sin ser juzgados, entre otros. El otro punto del que el habla es como cada individuo que conforme a la familia tendrá cambios constantes lo cual los lleve a mantener una modificación la cual no implique que dejen de ser parte de dicha familia, por ultimo será capaz de adaptarse a los cambios que la familia presente, haciéndose notar sus reglas y comportamiento para adaptarse a las nuevas que se tengan en pie (Eguiluz, 2003, p.3).

Dichos puntos que se explicaron brevemente hacen referencia a que cada integrante podrá mantener la capacidad de adaptarse al cambio haciendo que la familia crezca y se

desarrolle mejor, en cuanto a lo que especificamos como cambio se puede comprender a los cambios físicos, sociales, biológicos que cada uno vaya presentando a lo largo de sus etapas y vida (Eguiluz, 2003, p.3).

Minuchin comprende a la familia como el conjunto funcional que organiza modos en que interactúan sus miembros que los conforman a una familia. Una familia es un sistema que opera a través de lo que serán las transacciones que les pertenezcan. A continuación, se mencionan tres puntos que conllevan a una mejor explicación;

- El grado de claridad o difusión de los límites, es decir este punto redacta brevemente como es que los límites que se establezcan en la familia podrán obtener un mejor resultado si es que se llevan a la práctica debido a que logran mantenerse en acuerdos y respetando cada una de las reglas que les proporcionen el ambiente será de sumo agrado.
- El grado en que existe una jerarquía, así bien después de establecer reglas y límites los padres de familia mantendrán un estatus de respeto dentro del rol familiar debido a que serán como los hijos respeten y establezcan buena comunicación.
- El grado de diferencia entre los miembros, serán las diferencias que se hagan notorias, pero no para establecer competencias sino para establecer una proporción de tareas dentro de las familias (Garibay, 2013, p. 36).

De acuerdo con lo que se describe en los párrafos anteriores el desarrollo del modelo sistémico en psicoterapia va enlazado en el desarrollo de la terapia familiar, como bien

se conoce la familia se conformara por lo regular de; mamá, papá e hijos, pero no siempre será el caso puede ser que lo conformen mamá en hijos o papá e hijos haciendo notorio que la figura ausente sea realmente reemplazada se cubra ese vacío para el desarrollo correcto de la familia.

Con respecto al psicoanálisis se publicó un artículo que obtuvo resultados como la familia crea impacto en los síntomas de uno de los miembros de la familia, este artículo se encontraba con el nombre de; la familia como unidad social y emocional, esto describe en cómo es que cada uno de los miembros de la misma va a influir o perjudicar para que el niño logre una comunicación con el mundo que lo rodea siendo esto el principal factor para determinar si el niño será bueno expresando o será simplemente reprimido por qué es lo que ha aprendido en casa (Feixas, Miró, 1993, p. 264).

De acuerdo con el rol este lo puede asignar la familia debido a que serán los padres quienes tomen el control todo el tiempo antes o después de acudir a terapia para darle solución a un problema, de acuerdo con esto el rol en ocasiones puede asignarse dependiendo las situaciones en las que se enfrenten las familias como pueden ser cuando en las familias se presenta una pérdida la madre o el padre asignan tareas diferentes a los integrantes para intentar salir de ese cuadro en el que se presentan.

Dicho rol también se puede adquirir mediante el desarrollo de cada uno dependiendo las capacidades y necesidades de la persona; es decir en el caso de alguien que tiene o desarrolla ciertas habilidades dentro de la tarea asignada es mucho más fácil que la desarrolle, también se pueden ganar o negociar ciertos roles que se les asignen esto es si cada uno de los integrantes van mejorado en cuando a sus habilidades (Garibay, 2013, p. 33).

En cuanto al sistema familiar se entiende que son personas que tienen en común; funciones de roles, expectativas, relaciones entre si y que conllevan a objetivos en común las cuales forman una alianza al medio externo. La familia se entiende que es un proceso abierto debido a que se encuentran en constante cambio los cuales reciben y envían descargas de y para el medio extra familiar (Garibay, 2013, p. 35).

Sobre la familia la cual muestra un desarrollo y se desplaza a través de un cierto número de etapas las cuales se ven expuestos todos los integrantes la cual es cuando exige una reestructuración de permanencia. Es decir, las familias se verán en cambios debido a que si están acostumbrados a ver que la madre solo se dedica a las labores de la casa y la madre ahora se dedicara a trabajar el ambiente se torna un poco extraño debido a que estaban acostumbrados a ver siempre a la mamá en casa, es por eso que en cuanto a cada etapa y cada situación a la que se enfrenten día a día se verán en la necesidad de están en cambio continuo debido a las etapas y decisiones que cada uno de ellos tome para su vida. Debido a lo que se menciona anteriormente es normal y será de totalidad que la familia se enfrentara y adaptara a los cambios constantes a los que se enfrente en su vida familiar, de tal manera que lograra que cada uno de los miembros que lo conforman serán los que estén expuestos a el crecimiento psicosocial de cada uno de ellos (Garibay, 2013, p. 35).

3.1.1 Antecedentes teóricos del modelo: Sistémico.

No obstante, uno de los autores que formulo una propuesta para dar a conocer la teoría de sistemas abiertos fue Von Bertalanffy, con dicha propuesta nació la teoría general de los sistemas. Sin embargo, no se toma en cuenta sino hasta después de la segunda guerra mundial.

Los objetivos que propone Bertalanffy son;

- Investigar los isomorfismos de los conceptos, es decir saber cómo es que están compuestas las relaciones entre los integrantes de las familias, como se llevan, que tanto suelen interactuar a la hora de la comida, entre otros puntos.
- Favorecer los puntos que se vean entorpecidos y estos afecten para poder llevar a cabo la interacción entre los integrantes de la familia.
- En este punto se hace notorio que los miembros de la familia a la hora de proponer algún lugar para ir a comer, algunas tomas de decisiones pueden proponer cada uno lo que les agrade debido a que no todos piensan de la misma manera.
- Mejorar la comunicación entre los integrantes para que así se pueda obtener mejores resultados cuando se tenga un conflicto familiar.

En dicha teoría emplean las funciones y las reglas estructurales debido a que si se llevan a cabo de la mejor manera podrán crear vínculos agradables para todos los sistemas. Ya sean sistemas abiertos (células, plantas, animales, etc.) o cerrados que son los que conforma una familia, una empresa, son solo los que tienen un objetivo en común. Como se ha mencionado anteriormente los sistemas buscan la formulación de los principios los cuales son válidos para cualquier sistema. Estos se encargan de aportar conocimientos, energía e información.

Con respecto a un sistema es una entidad cuyo propósito es integrar la interacción de sus partes es debido a que cada uno que la conforme podrá integrarse de manera natural sin sentir pena. En cambio, un sistema abierto es el que establece un intercambio con su medio, importa y exporta ideas debido a que esta relación se vuelve más grande debido a que puede compartir todo lo que sienta o le incomode. Es de suma importancia dichos sistemas para poder comprender mejor las situaciones que se presentaran y como poder abordarlas.

A continuación, se describirán las características de los sistemas abiertos estos mantienen un estado constante en su lugar de origen, es decir; se mantienen en dicho lugar pero entre ellos conservan una autorregulación cuando los padres y los hijos lo que son que conforman un sistema se mantienen en su lugar de origen ellos son los que se encargan de que todo se mantenga en sintonía si se presenta algún problema con uno de los hijos se platica y se puede regular todo, para que no se vean afectados en su entorno.

En los procesos físicos se presentan en creciente probabilidad y desorden esto es debido a que cuando cada integrante de la familia se presenta en alguna etapa de desarrollo se verá entorpecido su ambiente debido a los cambios físicos y mentales en los que será expuesto, es debido a que por esta circunstancia el sistema estará siendo afectado por el integrante que se encuentre en dicha etapa.

Sin embargo, el sistema abierto son los que funcionan como un todo, es decir; el sistema se rige bajo una composición de elementos en donde todos funcionan conectados, si se cambia alguno de los elementos todo dejara de funcionar como se había mantenido. Esto llega a ocurrir cuando en la familia se presenta un divorcio esta estructura queda fracturada debido a que los cambios presentados se tienen a visualizar de una manera no tan clara, esta ruptura se pueden ver como alguno de los integrantes va a sufrir más que otros, es por eso que en este momento el sistema se verá un tanto

entorpecido ya que no se tiene la estructura bien segmentada, en cuanto pasan los días y los padres logran entablar un conversación los hijos podrán obtener respuestas y así lograr una estructura nueva para poder volver a tener su sistema como estaba, sin importar que el padre ya no este con ellos (Garibay, 2013, pp. 5-7).

La cibernética que se enfoca en el control y la comunicación en animales y maquinas, Norbert Wiener inicio esta área de investigación, la cibernética trabaja un modelo de sistema que recibe información del entorno (input), la procesa internamente y emite una información (output) al medio en el que se encuentre. La información que este emite regresa nuevamente al sistema por medio de circuitos a manera de retroalimentación, debido a que con este proceso se puede interpretar que el sistema modifique su respuesta y la información que recibe del mundo que lo rodea.

En la década de los sesenta mantuvo un gran impacto el desarrollo del modelo sistémico debido a que Jackson y Ackerman funda la revista family process, en donde se da a conocer el mayor órgano importante de la comunicación cuantificada fundamentada en el propio movimiento sistémico. Jackson crea el mismo MRI conocido como Mental Research Institute de Palo Alto, con Satir y Riskin, quienes trabajaron con Bateson. Es cuando nace el movimiento del modelo sistémico para darle un mejor enfoque y así lograr comprender mucho mejor el sistema familiar por medio de este grupo de personas.

Se conoce que en este centro fue el primero en dar a conocer los programas de formación familiar y así poder fundamentar de una manera más explícita todo lo que conlleva en las relaciones familiares, manejo de reglas, establecer patrones y como se identifican los focos de alertas así pues estableciendo comunicación con ellos de una mera a adecuada y asertiva (Feixas, Miró, 1993, p. 255).

Dentro del modelo sistémico se consideraron expresiones del sistema familiar, es decir da a conocer cuál es el que presenta síntomas o el problema dentro del sistema familiar, para así poder darle una solución al problema y lograr una buena interacción familiar.

Se da a conocer las principales escuelas sistémicas las cuales son en el año de 1989 por Gutiérrez, Escudero y Álvarez quienes dan a conocer que existe más de 60 etiquetas para nombrar a la terapia familiar, siendo esto un numero extenso de etiquetas que hoy por hoy se siguen llevando a la práctica. Como se mencionó anteriormente la escuela del MRI se identifica con la segunda generación de investigadores que nacen en la escuela de Palo Alto, los cuales como ya se hizo mención fueron Watzlawick, Weakland y Fish, y la propuesta que se dio de terapia breve por Weakland.

Los autores que se mencionaron son los que continúan con los procesos terapéuticos, no son tan distintos a como se estaban desarrollando ya que tenían las ideas plasmadas en las teorías que ya existían y decidieron hacerlo parecido al enfoque a cada una de las que se les presentaba, con todo esto se quiere dar a conocer cómo es que los problemas que llegan a la terapia psicológica son el resultado propiamente de una dificultad y la aplicación de una solución a este problema. (Feixas, 1993, p. 265).

La terapia familiar estratégica se desarrolló por Milton Erickson, quien es el que fundamenta las tereas que se pueden realizar en casa, para que poco tiempo después las personas que pudieran abordar ciertos temas en la terapia familiar pudieran comprender que la realización de tareas era algo que pasaba a formar parte de la familia (Álvarez et al, 2016, p.111).

3.1.2 Técnicas

Dentro de los aspectos que el terapeuta debe tener dentro de la terapia familiar, debe lograr entrar en las primeras sesiones a lo que es el sistema de la familia.

- Técnica de unión y de acomodación es la técnica que por lo regular se utiliza al inicio de la formación del sistema terapéutico. De acuerdo al concepto de unión y acomodamiento suelen describir el mismo proceso al momento de llevarse a la práctica, en el primero el terapeuta se auto utilizara para poder unirse al sistema familiar, en el segundo se logra en cuanto el terapeuta interactúa y puede lograr alianzas entre los integrantes. Cuando el terapeuta logra entrar en esta alianza es para poder comprender lo que está viviendo la familia o como es que cada uno la conforma y aporta las decisiones que conllevan a su diario vivir.
- Mantenimiento; el terapeuta se mantiene en un margen y respeta las pautas transaccionales que existen ya en la familia aceptando como es la relación entre ellos, por ejemplo, en donde la autoridad es el padre, el terapeuta dará inicio en la sesión hablándole primero al padre.
- Rastreo; se elaboran preguntas para clarificar cuestiones, realizar comentarios para poder estimular un punto. Por ejemplo, el terapeuta logra rastrear como es la relación entre el padre y la hija haciéndoles preguntas como evidenciándolo uno al otro y así lograr una comunicación entre ellos.
- Mimetismo; implica en que el terapeuta haga el papel de uno de los integrantes y así él pueda entrar dentro de la familia, por ejemplo, el terapeuta puede usar palabras como mi padre también era autoritario se la responsabilidad que tiene ser el hijo mayor. Esto favorecerá la similitud debido a que la familia como el terapeuta son seres humanos.

- Técnicas de reestructuración: éstas son interdependientes debido a que la terapia no puede lograrse sin la unión, pero no tendría éxito sin la reestructuración. Se logra mediante el terapeuta logra que la familia tenga un desbalanceo y así pueda observar cómo se reestructuran.
- Analizar patrones de relaciones familiares: el terapeuta se encargará de favorecer las relaciones familiares para que puedan resolver sus conflictos de una manera apropiada sin caer en los desacuerdos.
- Establecimiento de límites: por ejemplo, en esta técnica se logra observar cómo es que la madre crea una coalición con la hija mayor debido a que la hace participe en las diferencias que pueda tener con el padre, en esta circunstancia el terapeuta si deseara bloquear esta secuencia, empezaría a establecerles límites, al lograr que la problemática la discutan los esposos sin hacer partícipe a la hija mayor.
- Escalinear tensiones o identificar el estrés: esta técnica consiste en producirles estrés a los integrantes de la familia, es decir el terapeuta proporcionara diferentes casos a los que se vean expuestos los integrantes y así hacer notorio como reestructuran el sistema entre ellos mismos (González, 1999, 116-117).

3.2 Fundamentos del área psicológica: clínico.

La psicología clínica constituye un campo heterogéneo de teorías y procedimientos, se entiende que el psicólogo clínico trabaja en la promoción de la salud mental y en intervención y rehabilitación de las personas con determinados trastornos mentales y físicos. Ayuda para entender y comprender la patología de las personas o anomalía que presenten. La orientación clínica, va dirigida a quien tiene problemas y algún trastorno.

El psicólogo es el profesional de ayuda quien facilita la intervención de personas con sufrimiento es decir las personas que tienen una alteración de su realidad se verán en necesidad de acudir a un profesional de la salud en este caso un psicólogo con especialidad en área clínica para facilitar su vida.

Por otro lado, la psicología clínica comenzó como una ciencia interesada en el estudio de la conducta primordialmente anormal o desviada, algunas áreas de la psicología clínica como la fenomenología, el diagnóstico clínico, derivan de la psiquiatría. La modificación de conducta y el método experimental como la palabra lo dice estos fueron dados o surgidos en un laboratorio debido que los experimentos debían realizarse en lugares de suma responsabilidad y así poder obtener resultados exitosos.

Así pues, la psicología como un campo de estudio aborda las sensaciones y motivaciones del ser humano, el aprendizaje que tiene en los procesos que se le diagnostiquen, la personalidad y también la conducta desviada, la ciencia psicológica se ha especializado en diferentes ramas como lo son; la psicología escolar, psicología social, la psicología experimental y la psicología clínica, enfocadas directamente en el área de la salud.

La psicología clínica sale a la luz en 1896 en la Penn University cuando Lighner Witmer utilizó el término psicología clínica para delimitar sus esfuerzos realizados con las personas con discapacidad intelectual. Witmer describe que la psicología como disciplina vinculada con la investigación científica la cual estaba sometida a la prueba de la utilidad y eficiencia en la práctica.

Vale la pena decir a los principios del siglo XX; marzo de 1907 surgió el primer número de Psychological Clinic, una revista que fundamentaba para el estudio y tratamientos del retraso mental. Fundada por Witmer.

En el año de 1935 se dio a conocer la psicología clínica como el arte y técnica relacionados con los problemas de adaptación de los seres humanos. En 1936 salió el primer texto de psicología clínica y en 1937 se inició la publicación de lo que hoy es el Journal of Consulting Psychology (JCCP), fue cuando se consideró a la psicología como un campo profesional y haciéndole distinción de otras disciplinas.

Hablemos de la psicología en México en el siglo XX se observó una preocupación por la psicología mexicana, puede hablarse de una etapa histórica anterior al surgimiento de la psicología como ciencia, la psicología nació en el sentido moderno en México en 1896, en el primer curso de psicología impartido por Ezequiel Chávez escuela nacional preparatoria.

A saber, en 1940-1950 la psicología fue entendida como la mezcla de psicoanálisis, psiquiatría y psicometría. En el año de 1960-1969, la influencia estadounidense desplaza a la europea. Galindo 2006 identificó tres enfoques relevantes en la psicología en México. Transcultural el cual es el estudio de diferentes culturas y grupos étnicos, el conductual que es propiamente el estudio de que cada conocimiento es adquirido a través de los demás y el psiquiátrico-psicométrico el cual es el estudio de la medición psicológica.

Con lo anteriormente descrito se puede retomar que el transcultural hace referencia con la fundación de la licenciatura en psicología en el año 1959 en la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM), relacionado con los psicólogos de la universidad de Texas en Austin, haciendo notorio a Rogelio Díaz Guerrero.

Retomando el párrafo anterior el conductismo da inicio 1969 con Emilio Ribes quien señalaba que la única postura científica dentro de la psicología moderna la constituye el enfoque derivado de la corriente estímulo-respuesta. El tercero el enfoque

psiquiátrico-psicométrico es el más antiguo en México las personas que trabajan en este enfoque son altamente relacionados con psiquiatras.

Acto seguido como el campo profesional la psicología clínica es una disciplina la que contribuye la tradición psicométrica y la psicoanalítica, se pone en la medición de las diferentes individuales por un lado y por otro comprende los mecanismos inconscientes que atribuyen a la conducta.

En particular la salud mental, la intervención del psicólogo clínico no es desde la perspectiva de enfermedad, sino desde una visión amplia del sujeto con biografía, sino somete al individuo a un conjunto de exigencias. La medición conductual es una extensa área interdisciplinaria que integra al conocimiento de las ciencias conductuales para así poder comprender la salud y la enfermedad.

Para detallar la medicina conductual ha hecho acopio de datos que pueden mostrar la íntima conexión existente entre la salud mental y la física. Por ejemplo, podemos describir que las personas que se presentan con enfermedad terminal al acudir a un grupo de autoayuda podrán mejorar su forma de recibir dicha enfermedad, en cambio las personas que sufren de depresión pueden no permitirse la asistencia a ese tipo de lugares debido a que comienzan a ver la vida como algo no tan bueno.

Asimismo, la ética profesional al igual que otros profesionales de la ciencia de ayuda debe regirse por los principios básicos de:

- Respetar los derechos y la dignidad de las personas; se refiere a que el psicólogo clínico deberá mantener bajo total resguardo el derecho de la persona con alguna

enfermedad mental asimismo como su dignidad frente a quien se encuentre si el psicólogo clínico se encuentra presente.

- Cuidado responsable para desempeñar su profesión: el psicólogo clínico tendrá la discreción total y la responsabilidad de hacer debidamente todo el proceso que cada persona con algún problema mental o físico lo requiera.
- Integridad en las relaciones que el psicólogo establece con los demás para evitar conflictos de interés: como se han mencionado anteriormente en los puntos el psicólogo clínico no mostrara ningún interés fuera de lo normal con sus pacientes para que no se pueda mal entender lo que el pretende hacer con cada paciente.
- Responsabilidad hacia la sociedad: el psicólogo clínico se mostrará con totalidad responsabilidad en cada caso determinante.

Entre los problemas más cotidianos a los que el psicólogo se puede enfrentar cotidianamente pueden ser los de las relaciones con problemas de competencia profesional, por ejemplo: cuando alguna persona hace una valoración errónea y no está preparada profesionalmente el psicólogo clínico deberá atenuar ante dicha valoración haciéndole hincapié en que no está realizada de la mejor manera posible. En segundo lugar, se debe hacer a un lado completamente si existe algún parentesco con algún practicante, profesional de la salud, estudiante, entre otro. El posible tercer aspecto es el de los cobros excesivos en cada consulta que requiere cualquier individuo muchas personas se preguntan el porqué de los honorarios, pero no saben que es todo lo que conlleva a las bases que lo han formado y llevado a lo que realmente sabe, es costo por cobro y de suma responsabilidad debido a que un mal diagnóstico puede costar muy caro, no se habla de dinero se habla de prestigio y de honorabilidad para el psicólogo clínico.

El propósito del código ético es poder garantizar la protección de sus usuarios debido a los servicios psicológicos y ofrecer apoyo al psicólogo, debido a la toma de decisiones como para poder educar a terceros que le soliciten apoyo para regir su comportamiento. Los principales se pueden derivar del sentido común y de los principios básicos de convivencia social las cuales son guías que normalicen la solución de los problemas y con el público en general.

En la siguiente lista se desglosan algunos puntos que pueden llegar a ser importantes en dicha ética:

- Acatar las normas morales y leales. Poder obtener el consentimiento del paciente y explicar los principios de confiabilidad.
- Respetar los derechos humanos. Saber cómo actuar con determinadas personas debido a que las culturas suelen ser de diferentes perspectivas.
- Determinar fecha de finalización en una intervención. Para que el paciente sepa cuando terminara y así pueda sentirse con tranquilidad conforme avance el proceso.
- Evitar el abuso de los cobros. Como se ha mencionado en el párrafo anterior los costos pueden ser estándares para que las personas que lo requieran puedan y logren culminar ciertos tratamientos.
- Acreditar las técnicas de evaluación psicológica utilizadas en las practicas. Para que a la hora de releerlas el paciente pueda y logra entender el proceso con el que se le llevo a cabo.

Los valores se refieren a las creencias personales e individuales que nos impulsen a ciertas acciones, a cierto tiempo de conducta con base en lo que se considera bueno y malo. A continuación, se redactarán tres puntos importantes.

- De antemano saber y contar con que se estará habiendo lo mejor posible para el paciente. Es decir que se anteponga todo el conocimiento posible para que el paciente pueda mejorar en todos sus ámbitos.
- Cuidar la confidencialidad de la información en la práctica profesional. Se puede comprender que el psicólogo pueda causar daños al paciente.
- Trabajar bajo los principios de honestidad, justicia, respeto y sobretodo responsabilidad. Dado a las circunstancias de los principios éticos.

De acuerdo a los puntos descritos anteriormente se puede comprender que los psicólogos fungen un papel importante en la vida de los demás y en la de ellos, debido a que algún movimiento que realicen en mal podrá ser juzgada su área laboral, es necesario saber todo lo que implica el que traten con un psicólogo y también se debe saber cuáles son los derechos como pacientes, los cuales se deben conocer ya por el momento.

Dentro de las necesidades básicas del ser humano se sitúa en un lugar dominante gozar de buena salud, en ocasiones las personas no se preocupan por gozar de cierta plenitud ya que le dan más auge a otro tipo de necesidades básicas como lo pueden ser; comer bien, vestir bien, traer el mejor coche, usar el teléfono de última moda, haciendo a un lado su salud mental es debido a que en ocasiones los problemas familiares también se ven en severos problemas ya que se preocupan por cubrir esas necesidades sin hacer

notorio que la madre lleva algunos meses deprimida debido a que el esposo le dijo gorda cuando se probaba un vestido que hacía varios meses no usaba.

Se debe tomar en cuenta que la salud mental es tan importante como la salud física, para que esto suceda se debe tomar en cuenta que los problemas que se presentan en el núcleo familiar se verán entorpecidos si no se establecen comunicación y escucha. Podemos hacer énfasis en este párrafo debido a que como se mencionó anteriormente si la madre se presenta con depresión se verá entorpecida el núcleo familiar ya que ella no querrá participar en las salidas familiares y los hijos se cuestionarán por qué la madre muestra poco interés en acompañarlos, es importante mantener una buena comunicación y si es que existe algún problema como lo puede ser ansiedad y depresión es de suma importancia acudir con el experto en la salud mental.

De acuerdo con un estudio que se realizó en el año 2005 se calcula que existen 450 millones de personas en el mundo las cuales padecen algún trastorno mental que les genera sufrimiento. En el transcurso de su vida una de cada cuatro personas se verá afectada por algún trastorno mental y se calcula que una de cada cuatro familias en el mundo tienen un miembro con algún trastorno mental. Debido a lo que se acaba de redactar tienen coherencia con el párrafo anterior, si en las familias existe un individuo con algún trastorno y este no se atiende se verán en la necesidad de pelear constante, no ser una familia funcional, provocando inestabilidad en las familias (Sánchez, 2008, pp 1-32).

CONCLUSIONES

Acerca de los roles que las familias presentan, ninguna será igual a otra familia, se comprende que cada una tiene sus costumbres, formas de ser con cada uno de los integrantes, sus ideas, sus formas de ver cada situación que se les presenta en la vida, por ejemplo; cuando se ve una madre pegándole en el súper a su hijo debido a que no obedeció la orden que la madre le dio, se podrá notar como otras madres o padres se acercan y puedan notar que eso no está bien visto.

Se comprende que cada familia educa a su manera a sus hijos, en la actualidad no está bien visto que los padres de familia corrijan un error de sus hijos frente a más personas, ya que es notable que dejan en vergüenza al hijo o a la persona que están corrigiendo, tal es el caso en donde se hace ver cómo es que es un acto poco agradable y bien visto.

En las familias es en donde se brinda el apoyo, la confianza, la lealtad, la honestidad, debido a que es la fuente de protección para cada uno de sus integrantes, es debido a que en las relaciones que se presenten podrán establecerse altos niveles de confianza, es posible cuando el padre o la madre se interesa en las actividades que desempeña su hijo o cuando el padre tiene gusto por los caballos y la hija menor también tiene ese gusto, es como se logra la confianza en los integrantes de familia.

Con relación al párrafo anterior se entiende que cuando el padre o la madre logran establecer una confianza con su hijo se podrán lograr vínculos los cuales sean agradables y puedan sentirse importantes para cada uno de ellos, es así como el hijo logra sentirse apreciado si es que se había sentido desplazado por sus padres.

Cuando se logra este tipo de comunicación con el hijo es más cómodo y fácil para el padre saber y hacerle saber que cuando él necesite alguna ayuda él estará para poder brindarle apoyo y protección. En la actualidad es notorio que los hijos no cuenten con ciertos apoyos debido a que los padres de familia tienden a preocuparse y ocuparse por las relaciones de trabajo, por lo que en ocasiones suelen llevar a casa todo tipo de problemas que presentaron en la oficina y no lograron resolver.

Es de suma importancia tener en cuenta que la calidad de vida que se le brinde a la familia será la que sume en todo momento debido a que es son los lazos los que se establecen de manera adecuada y mucho más fuertes de acuerdo en la relación que conllevan como familia.

En cuanto al párrafo anterior son las vivencias las que se quedan para toda la vida es por eso que es importante hacerle saber a los hijos y a los padres cuanto es que los necesitan si es que no se sienten en confianza se pueden acercar a ellos de diferentes maneras, pero los papás también deben hacer consciencia en cuanto sus hijos los necesiten.

En cambio, los niveles de comunicación y confianza se logran con base a como se lograrán interesar en ciertos temas, hoy en día existen muchas formas, solo se debe tener creatividad e interés para poder lograr ciertos niveles de comunicación, como es que se logra una buena comunicación; aceptando el tema que los hijos dan a entender a los padres o quieren que los orienten.

Es normal que los hijos pidan ayuda en ciertos temas debido a que no saben cómo resolverlos en ciertos casos, es por eso que cuando pasan estas cosas el padre de familia

detecte este foco, por ejemplo; que pasa cuando esta una madre pegada a las redes sociales por medio del celular y su hijo pide a que la madre vea cómo es que logra subir a la resbaladilla, este tipo de vivencias el hijo las recuerda y tendrá en cuenta que para la madre no es importante lo que él le está pidiendo.

Las madres mexicanas se están olvidando de brindarles el amor, comunicación, apoyo a sus hijos haciendo que los niños hagan solos las cosas y se vuelvan independientes de la madre, en ocasiones este punto se puede ver bien debido a que el hijo sabrá cómo sobrevivir si debe quedarse solo en alguna ocasión, pero no está del todo bien que la madre deje o haga que no le importa las actividades que realiza su hijo.

Por otra parte, cuando las familias se separan en este caso existe un divorcio como familia que seguirán siendo es el deber de los padres llevar a cabo el proceso del divorcio de la mejor manera haciendo que el niño sepa que podrá seguir contando con sus padres que seguirán siendo una familia a pesar de no seguir viviendo en la misma casa, es decir cuando esto sucede se puede lograr una mejor convivencia para el entorno de los hijos o se puede ver entorpecida, por eso es que se hace énfasis sobre como lleven la comunicación.

Sin embargo, la comunicación que establecen entre ellos será la que mejore sin ningún problema, ahora bien, que pasa cuando todas las personas logran ser comunicativos, pero de una manera asertiva, esto podría llevar a tener mejores relaciones con todas las personas que habitan en la tierra, ya que se evitarían muchos malos entendidos.

Los malos entendidos se podrían evitar ya que se contará en el vocabulario de las personas lo que será ser asertivo sin llegar a ser una persona la cual obtenga etiquetas poco agradables ya que en ocasiones cuando se mantiene una conversación se suele distorsionar el mensaje, porque no se logra entender o analizar el mensaje de la mejor manera posible.

No obstante, es notorio saber que el ser asertivo te beneficiara como persona logrando una satisfacción intrínseca, porque sabrás que podrás comunicar algo que deseas expresar de una manera clara y precisa, no muchas personas lo comprenden de esta manera ya que en ocasiones suelen ser confundir como es que la persona se expresa, no todos tienen la misma cultura, eso en varias veces suele perjudicar las conversaciones, haciendo de lado lo que realmente se quería comunicar.

En cuanto a lo que se describió anteriormente se puede retomar que para que una persona sea asertiva también cuenta con derechos ya que se les suelen poner etiquetas, no a todos, pero si la mayoría de las veces haciendo que la persona que es asertiva se sienta comprometida o rechazada por las demás personas que le hacen ver que lo que quiere comunicar no está bien.

De acuerdo a lo que se redactó en los párrafos anteriores se comprenden las causas de llevarse bien en las familias lo que hace que las personas puedan mantener una relación estrecha y sin tantos rodeos, que es lo que se intenta dar a conocer con estas líneas, puesto que en la actualidad no se pretende mantener comunicaciones debido a que se suelen mal interpretar muchas acciones o palabras.

Por lo tanto, es de una manera más agradable comprender el entorno que rodea a las personas y así poder darle un sentido positivo a todo lo que las personas le están dando a comprender, que pasaría si se encontraran en una sociedad en donde todas las personas suelen comunicarse de una manera adecuada y comprensible, se podrían evitar muchos malos como quizá el dijeron algo y es por mí, o pudieron tomar a mal lo que quise expresar, entre otras situaciones dentro de la sociedad.

En las sociedades se podrían notar grandes cambios de comportamiento haciéndose notar que no todo lo que los demás expresen tendría que ser para alguna persona en específico sino mejor y bien visto serian puntos de vista de cada individuo aportando a los demás para que algún conflicto se pueda resolver de la mejor manera sin tener que llegar a un conflicto o un debate poco agradable.

REFERENCIAS

Álvarez S. Escoffie E. Rosado M. Sosa M. (2016) Terapia en contexto: Una aproximación al ejercicio terapéutico. Editorial Manual Moderno, Segunda edición. México.

Corrales A., Quijano N., Gongora E. (2017). Comunicación asertiva y seguimiento de normas. Un programa para desarrollar habilidades para la vida. Vol. 22, núm. 1. Xalapa México. Recuperado 28 de agosto del 2019 de <https://www.redalyc.org/pdf/292/29251161005.pdf>

Eguiluz, L. (2003). Dinámica de la familia. México: editorial Pax. Primera edición.

Elizondo M. (1997). Asertividad y escucha activa en el ámbito académico. México: editorial trillas, cuarta impresión

Da Dalt E; Difabio H. (2002). Asertividad, su relación con los estilos educativos familiares interdisciplinaria. Vol. 19, núm. 2. Buenos Aires Argentina. Recuperado 28 de agosto de 2019 de <https://www.redalyc.org/pdf/180/18019201.pdf>

Davids K. Newstrom J. (2003). Comportamiento humano en el trabajo. México editorial Mc Graw Hill. Undécima edición.

Feixas, G. y Miro, M. T. (1993). Aproximaciones a la psicoterapia. Barcelona: editorial Paidós. Treceava edición.

Gaeta, L. y Galvanovskis A. (2009). Asertividad: un análisis teorico-empirico. Vol. 14
núm. 1. Sao Paulo. Brasil. Recuperado 29 de junio del 2019 de
<https://www.redalyc.org/pdf/292/29211992013.pdf>

Garibay, S (2013). Enfoque sistémico, una introducción a la psicoterapia familiar.
México: editorial Manual moderno. Segunda edición.

González Alonso C. (1984). Principios básicos de comunicación. México: editorial
Trillas. Primera edición.

González, J (1999). Psicoterapia de Grupos teoría y técnicas a partir de diferentes
escuelas psicológicas. México: Editorial Manual Moderno

Huerta, J J, Rodríguez, G. (2006). Desarrollo de habilidades directivas. México:
Pearson, Practice Hall. Primera edición.

Morris, C. Maisto A. (2001). Psicología un nuevo enfoque. México: Prentice-Hall
Hispanoamericana, S.A. Séptima edición.

Naranjo, M. L. (2005). Perspectivas sobre la comunicación. Vol. 8 num.1. San Pedro de
Montes de Oca. Costa Rica. Recuperado 29 de junio del 2019
<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=44780111>

Oliva, E. y Villa, V. (2013). Hacia un concepto interdisciplinario de la familia en la globalización. Vol. 10 núm. 1. Estado de Morelos México. Recuperado el 1 de junio del 2019 de <http://www.scielo.org.co/pdf/jusju/v10n1/v10n1a02.pdf>

Papalia D. Wendkos S. Duskin R. (2001). Desarrollo humano. Bogotá, Colombia: editorial Mc Graw Hill. Octava edición.

Picks; Aguilar A; Rodríguez G; reyes J; Collado M; Pier M; Acevedo A; Vargas E. (1995). Planeando tu vida. México; Editorial Planeta, séptima edición.

Sánchez, P. (2008). Psicología clínica. México: editorial Manual Moderno.

Terroni, N. N. (2005). La comunicación y la asertividad del discurso durante las interacciones grupales presenciales y por computadora. Vol. 14, núm. 1. Brasil
Recuperado 29 de junio del 2019 de
<http://www.redalyc.org/pdf/4010/401036073005.pdf>