

## LA FAMILIA COMO CONTEXTO DE DESARROLLO HUMANO

Aunque en la actualidad existe una amplia diversidad de formas familiares, podemos definir la familia como *la unión y convivencia de unas personas que comparten un proyecto de vida en común, entre las que existe un importante compromiso personal y entre las que se establecen intensas relaciones de intimidad, reciprocidad y dependencia*. Así entendida, la familia constituye el principal contexto del desarrollo humano, es decir, es el ámbito en el que tienen lugar los principales procesos de socialización y desarrollo de niñas y niños, de chicas y chicos. En este sentido, es bien conocida la influencia e importancia que tiene lo que ocurre dentro de la familia de cara a comprender el desarrollo de los niñas y niños. No obstante, la familia no es sólo un escenario de desarrollo para los más jóvenes, sino también para los adultos que en ella conviven. En este sentido, la familia constituye un contexto esencial tanto para la construcción del desarrollo individual de todos y cada uno de sus miembros, como para servir de punto de encuentro intergeneracional, donde mediante las interacciones que se establecen entre los progenitores y sus hijas e hijos, los adultos ponen en marcha un proyecto vital de educación y socialización de los miembros más jóvenes del sistema.

Así, desde una perspectiva ecológico-sistémica, podemos entender la familia como un conjunto de relaciones interpersonales que están sometidas a distintas fuentes de influencia y que experimentan diversas situaciones de cambio. Varias consideraciones deben hacerse a partir de esta definición:

- ● La familia funciona como un *sistema dinámico*, en cuanto se produce algún cambio en alguno de sus miembros o en las relaciones que existen entre dichos miembros, cambia el sistema familiar en su conjunto. Así, por ejemplo, los procesos de desarrollo que experimentan los hijas e hijos al pasar de la infancia a la adolescencia, siempre provocan cambios y exigen reajustes en la dinámica familiar.

- ● El sistema familiar está compuesto por una serie de subsistemas relacionales que tienen un funcionamiento *interdependiente* (ver figura 2.1). Las incidencias que puedan tener lugar en cada uno de estos subsistemas tienen repercusiones sobre el resto de subsistemas. En este sentido, por ejemplo, las características de la relación conyugal entre madre y padre incide en las relaciones madre-hijos/as y padre-hijos/as.

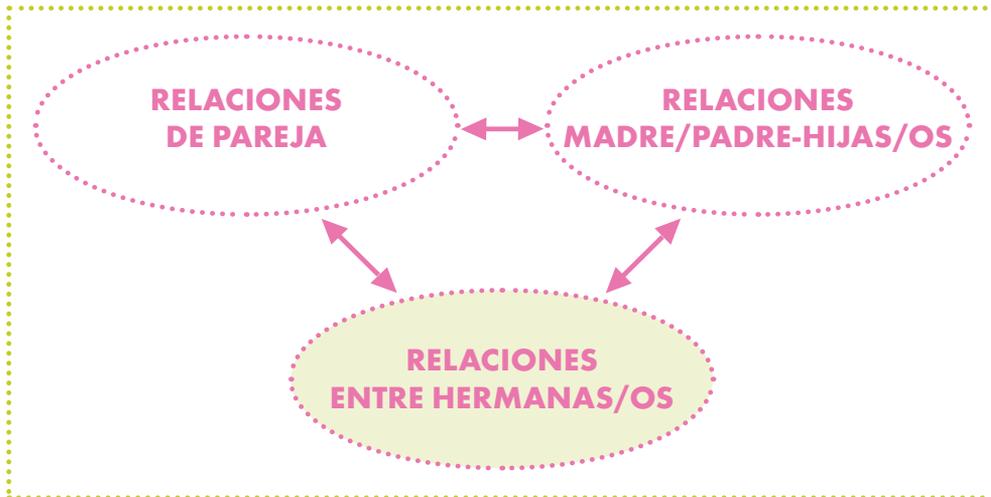


Figura 2.1: Subsistemas del contexto familiar

De los tres sistemas relacionales que integran la dinámica familiar, sin duda, las relaciones entre madre/padres y sus hijas/os han sido las más estudiadas y a ellas nos referiremos extensamente en las dos sesiones que vienen a continuación. A las relaciones entre hermanas/os y las relaciones entre los progenitores nos referiremos, aunque de forma breve, a lo largo de esta sesión.

En primer lugar, respecto a **las relaciones entre los progenitores**, debemos señalar que la familia se inicia con la formación de una pareja y que, en realidad, la evolución de esas relaciones de pareja constituye el eje medular de la vida familiar. La calidad de las relaciones conyugales, las posibles crisis que afronte la relación, su posible disolución, etc. constituyen así fuentes de protección y/o tensión que, dado el carácter sistémico de la familia, tienen una influencia determinante sobre la dinámica familiar. En este sentido, ningún hombre ni ninguna mujer actúan como padre y madre al margen o de forma independiente a sus relaciones de pareja. Por ello, para comprender y analizar cómo son las relaciones entre un padre y un hijo/a y la madre y ese hijo/a, también necesitamos conocer cómo son las relaciones entre el padre y la madre. En la medida en que la relación entre los progenitores más se caracteriza por una buena sintonía, confianza y apoyo mutuo, más fácil es para ambos un desempeño competente y adecuado de sus roles como padre y madre.

Como es bien conocido, en la actualidad existe una amplia diversidad de formas familiares que nos remiten, en muchos casos, a situaciones poco convencionales de la relación entre los progenitores: niños y niñas que conviven en dos núcleos familiares formados cada uno de ellos por un solo progenitor tras la disolución de la relación de pareja, familias reconstituidas por dos adultos

## ● ● CAMBIOS Y EVOLUCIÓN DE LA FAMILIA

que provienen de dos familias disueltas y que aportan hijas e hijos de ambas uniones anteriores, etc. En algunos de estos casos, las peculiaridades de la situación entre los progenitores hacen que podamos hablar de dinámicas familiares con características diferenciales. Un poco más adelante nos detendremos en el caso concreto de una situación familiar que es cada vez más habitual en nuestro país: la familia tras el divorcio.

Por otro lado, *las relaciones entre los hermanos* constituyen un ámbito de relaciones dentro del sistema familiar que preocupa especialmente a los padres. A pesar de que entre las parejas de hermanos podemos encontrar una enorme diversidad y claramente hay hermanos que mantienen una relación mucho más cálida y positiva que otros, en todos los casos, los hermanos se caracterizan por ser unas figuras socializadoras hacia las que se suelen dirigir las emociones más intensas y variadas, tanto las positivas como las negativas, así como las manifestaciones de ambivalencia más sofisticadas. Los factores que parecen influir en que las relaciones entre hermanas y hermanos se acerquen más al polo de la hostilidad y los celos o al de la complicidad y el afecto son de diferentes tipos: distancia de edad entre ambos, sexo de cada miembro de la pareja y, sobre todo, el comportamiento de las madres y padres. Así, son muchos los estudios que demuestran que padre y madre pueden contribuir a que las relaciones entre hermanas y hermanos sean menos cálidas en la medida en que más comparen las competencias y habilidades entre ellos y/o ellas, o presten sistemáticamente más atención e interés a las cosas de alguno/a frente a las de otros/as.

Como el resto de sistemas relacionales que componen la familia, las relaciones entre hermanos no son estáticas sino que cambian conforme los distintos miembros crecen y evoluciona el sistema familiar. En este sentido, la etapa de los celos, que con frecuencia acompaña los primeros años tras el nacimiento de un hermano o hermana, puede dejar luego paso a unas relaciones positivas y cálidas durante los años de la infancia media y tardía. La llegada a la adolescencia de las hijas y los hijos, como veremos a continuación, marca una etapa de importantes cambios en la dinámica familiar que, evidentemente, también afectan a las relaciones entre hermanas y hermanos. Posteriormente volveremos sobre este tema.

## **CAMBIOS Y EVOLUCIÓN DEL SISTEMA FAMILIAR**

Tal y como hemos visto en el apartado anterior, a la hora de analizar el sistema familiar es necesario adoptar una perspectiva temporal porque, en

ningún caso, las familias constituyen contextos estáticos. La evolución que las familias experimentan a lo largo del tiempo se ve promovida, fundamentalmente, por tres conjuntos de factores: los cambios evolutivos producidos por los procesos de desarrollo de sus distintos miembros, los cambios en los diferentes subsistemas relacionales lo conforman, y los acontecimientos que se producen en la vida de una familia.

● ● **Cambios personales.** En este primer caso nos encontramos con los cambios que se producen en el sistema familiar a raíz del desarrollo que experimentan tanto las niñas y niños como los adultos. Así, como hemos tratado extensamente en la sesión anterior, conforme niños y niñas crecen y se convierten en adolescentes y jóvenes, la familia necesariamente cambia. Igualmente, como veremos un poco más adelante, los procesos de desarrollo adulto que experimentan la madre y el padre también promueven cambios en el sistema familiar.

● ● **Cambios en las relaciones.** Como señalábamos más arriba, las características de la relación entre los progenitores tienen repercusiones directas sobre la armonía y la evolución que experimente una familia. Junto a las relaciones de pareja, las relaciones entre hermanas y hermanos y cada relación madre/padre-hija/hijo constituyen los otros sistemas relacionales dinámicos de donde pueden proceder los cambios que experimenta el contexto familiar.

● ● **Acontecimientos vitales que afronta la familia.** Cada familia experimenta una serie de acontecimientos que contribuyen de manera esencial a configurar la trayectoria que va a definir su evolución. La mayoría de estos acontecimientos tienen que ver con cambios impactantes que suelen afectar a la configuración familiar. El momento más destacado es, probablemente, el del nacimiento del primer hijo o hija, momento en el que se pasa de ser pareja a ser, además, madres y padres. Pero el nacimiento de un nuevo bebé constituye una nueva reorganización del sistema, porque no sólo madre y padres tienen un nuevo hijo o hija, sino que ahora el hijo/a mayor tiene una hermana o hermano. La separación de los progenitores, el fallecimiento de algún miembro de la familia, etc. serían otros acontecimientos que afectan a la configuración familiar y que tienen importantes consecuencias sobre la evolución del sistema.

Con toda probabilidad, el concepto que resulta más útil para entender la evolución de la familia es el de *transición familiar*. Decimos que se produce una transición cuando la familia tiene que afrontar determinados acontecimientos o experiencias que tienen un importante impacto sobre el sistema, esto es, que suponen posibles cambios, desequilibrios, adaptaciones a nuevas situaciones,



redistribuciones de papeles entre los distintos miembros, etc. Tal y como ocurre con las transiciones evolutivas que experimentamos en el desarrollo personal, el resultado de las transiciones familiares no tiene por qué estar determinado *a priori* y podrá tener consecuencias distintas en diferentes familias; en todo caso, la mayoría de los momentos de transición suelen suponer cambios importantes.

Estas transiciones se originan por los diferentes motivos que hemos descritos anteriormente como factores promotores del cambio y bien pueden afectar mayoritariamente a casi todas las familias, las que denominamos *transiciones normativas*, o bien ser propias de un contexto familiar específico, que constituyen las *transiciones no normativas*; en cualquiera de los dos casos, constituyen las etapas de cambios y evolución. El divorcio de una pareja y posterior reconstitución de una nueva familia, la emigración desde un país a otro, la llegada de un abuelo o una abuela para convivir en el hogar o el accidente sufrido por una niña o un niño y que le deja determinadas secuelas, serían ejemplos de transiciones no normativas que pueden tener que afrontar algunas familias. Entre las transiciones familiares normativas más estudiadas destaca el nacimiento de las hijas y los hijos —transición a la maternidad y la paternidad—, el ingreso de las niñas y los niños en la escuela, la llegada de las hijas y los hijos a la adolescencia y la salida de los jóvenes del hogar. Cada una de estas transiciones constituye un momento de desequilibrio y ciertos conflictos, una situación que requiere la adaptación de nuevos roles y afrontar nuevas exigencias y que da lugar a una etapa de la vida familiar más marcada por los cambios que por la estabilidad.

El estudio de las sucesivas transiciones normativas que afrontan la mayoría de las familias permite describir el *Ciclo Familiar*, es decir, las distintas etapas que podemos encontrar en la evolución de la mayoría de las familias. Aunque distintos autores presentan propuestas que difieren en algunas cuestiones menores, existe un considerable acuerdo en destacar cinco etapas (ver figura 2.2) como las fundamentales de este ciclo. Como puede observarse en dicha figura, el inicio del sistema familiar coincide con una etapa de construcción y consolidación de la relación de pareja. A continuación, la llegada de los hijos e hijas al contexto familiar marca el comienzo de una segunda etapa, donde la tarea de criar y educar a los niños pequeños se vuelve prioritaria para madres y padres. En tercer lugar, la llegada de las hijas y los hijos a la adolescencia y, con ello, la mayor autonomía de estos respecto a los progenitores marca una tercera etapa que suele coincidir con la adultez media de los cónyuges. A continuación, la culminación del proceso de independencia de las hijas y los hijos del hogar vuelve a situar a las relaciones de la pareja como núcleo de la dinámica familiar que, durante la quinta y última etapa, asiste a la muerte más o menos sucesiva de los progenitores y la disolución definitiva del sistema.

- 1 La construcción de la pareja.
- 2 La transición a la maternidad y la paternidad (compromiso, crianza de las hijas e hijos).
- 3 La etapa de madurez de la familia (la llegada de las hijas y los hijos a la adolescencia, la crisis de identidad de mitad de la vida de los adultos, etapa de redefinición, reorganización, estabilidad).
- 4 Postmaternidad y postpaternidad («el nido vacío», cambio de los roles sexuales).
- 5 Culminación (años finales de la familia).

Figura 2.2: Etapas del Ciclo Familiar

## LA LLEGADA DE LAS HIJAS Y LOS HIJOS A LA ADOLESCENCIA

Desde los planteamientos teóricos que acabamos de exponer, la llegada de las hijas y los hijos a la adolescencia debe entenderse, por tanto, como una transición normativa que afrontan todas las familias que tienen hijos e hijas. Se trata de una importante transición que viene provocada, principalmente, por los procesos de desarrollo que experimentan las niñas y los niños al alcanzar la pubertad y, necesariamente, supone una etapa de cambios, redefiniciones y adaptaciones para todo el sistema.

La llegada de las hijas y los hijos a la adolescencia es, en realidad, una doble transición, porque además de ser una transición familiar, constituye una importante transición personal para la niña o el niño que tienen que afrontar el tránsito de la infancia a la adultez. Como vimos en la sesión anterior, los cambios físicos que acompañan a la pubertad, las nuevas habilidades cognitivas, los cambios en la personalidad y la necesidad de adoptar nuevos roles constituyen importantes demandas del desarrollo personal a las que chicas y chicos tienen que hacer frente provocando, en mayor o menor medida, cambios en las relaciones con sus progenitores.

Estos cambios que experimenta el sistema familiar con la llegada de los hijos e hijas a la adolescencia implican, por un lado, una redefinición de las tareas de los progenitores en relación con sus hijas e hijos (conforme aumenta la autonomía del adolescente, pierde sentido la tarea de protección y cuidado

físico que eran necesarios con las niñas y los niños pequeños) y, en segundo lugar, un cambio sustancial en la forma de relación entre las madres y los padres y las chicas y los chicos (la adolescencia requiere prácticas educativas que permiten en mayor medida la toma de decisiones personales; estrategias diferentes de supervisión y control, etc.). Se trata, en definitiva, de una etapa de redefinición de las relaciones entre madres/padres e hijas/hijos porque algunas de las prácticas educativas y el estilo interactivo que se había utilizado durante la infancia resultan poco adecuados en esta nueva etapa, siendo necesaria la adaptación de las prácticas educativas a las nuevas y crecientes capacidades de los adolescentes.

## **CAMBIOS DE LAS MADRES Y PADRES DURANTE LA ADOLESCENCIA DE SUS HIJOS E HIJAS**

Si bien los cambios que experimentan chicas y chicos con la llegada de la pubertad explican en gran parte las transformaciones de las relaciones familiares durante esta etapa, estos cambios en el sistema familiar también se ven promovidos por los procesos de desarrollo que los progenitores suelen experimentar coincidiendo con la llegada de sus hijas e hijos a la adolescencia.

Aunque durante la etapa de la adultez existen más diferencias interindividuales entre unas personas y otras que en la infancia o la adolescencia, es posible encontrar algunas coincidencias en el desarrollo de unos adultos y otros, especialmente, ciertos momentos de transición que promueven etapas de cambio dentro de la estabilidad que suele caracterizar al desarrollo adulto (la formación de una familia, convertirse en madre o padre, la jubilación, etc.). Si bien los cambios más significativos de esta etapa suelen estar ligados a la biografía individual de cada persona y no producirse necesariamente a la misma edad para todos los sujetos, uno de los momentos en los que muchos adultos coinciden en experimentar cambios y tensiones se ha situado tradicionalmente alrededor de los 40-45 años, en la conocida como *Crisis de mitad de la vida*, un momento especialmente difícil y de importantes cambios en el desarrollo personal de los adultos, que cronológicamente suele coincidir con la llegada de los hijas e hijos a la adolescencia. Según las teorías del desarrollo de la personalidad, como en el resto de etapas del desarrollo, el adulto tiene que afrontar una serie de demandas y roles sociales para los que no siempre dispone de los recursos personales adecuados. Cuando esas exigencias no se ven resueltas, el individuo entra en un período de crisis que provoca gran tensión y obliga a nuevas reconstrucciones en la estructura de la personalidad. De acuerdo con estas teorías, lo más probable es que

no haya una única crisis durante la adultez, sino que pueda haber más de una, pudiendo venir provocadas por distintos factores de índole biológica o social que diversifican extraordinariamente la temática que las origina. En cualquier caso, la existencia de crisis en el curso de la vida adulta puede entenderse como un elemento crucial para el progreso personal, ya que la necesidad de generar recursos con que hacer frente a las nuevas demandas siempre tiene consecuencias enriquecedoras para el individuo que se ve inmerso en ellas. Por esta razón, y contrariamente a lo que popularmente se ha considerado, los cambios en la edad adulta no sólo se refieren a la pérdida o decremento de ciertas capacidades ya adquiridas, sino que también durante estos años tienen lugar ganancias, reorganizaciones de lo ya existente, así como nuevas adquisiciones.

Sea la única o una más entre otras, la crisis que muchos adultos experimentan coincidiendo con la llegada de sus hijas e hijos a la adolescencia suele tener un elemento común y girar en torno a la toma de conciencia del paso del tiempo; una especie de parada a mitad de la vida en la que se evalúa la vida anterior y se reflexiona sobre el futuro. En muchos casos, mujeres y hombres reconsideran las elecciones que hicieron y las decisiones que tomaron en años anteriores, comprobando en qué medida se han cumplido sus proyectos. Aunque para bastantes adultos la etapa de mitad de su vida supone el momento de mayor éxito profesional, para muchas otras personas el cálculo entre aspiraciones y logros alcanzados resulta bastante negativo, pudiendo provocar cierta frustración y contribuyendo así al surgimiento de una etapa de inestabilidad y crisis en la que mujeres y hombres se vuelven conscientes de que la juventud ya ha pasado y que muchas ilusiones y expectativas vitales no sólo no se han cumplido, sino que ya será muy difícil lograrlas.

A esta inquietud sobre el valor de la propia trayectoria vital se une la sensación de un cierto declive físico, puesto que sobre esta edad aumentan los problemas de salud y comienzan a aparecer ciertos cambios físicos que recuerdan a mujeres y hombres que ya no son tan jóvenes. Así, en muchos casos, mujeres y hombres experimentan un deterioro de las habilidades sensoriales y psicomotoras, como la pérdida de visión y/o audición, o cierta disminución de las capacidades atléticas. Asimismo, el funcionamiento sexual también experimenta algunos cambios como la disminución del deseo sexual o, en el caso de los varones, un aumento en el tiempo de recuperación tras el orgasmo. Además, durante estos años, es frecuente que madres y padres tengan que convertirse en cuidadores de sus progenitores, lo que además de suponer una importante fuente de estrés, contribuye a que los adultos reflexionen más sobre temas como la enfermedad o la muerte. En conjunto, todos estos hechos contribuyen a que mujeres y hombres experimenten durante estos años una importante preocupación por los problemas de salud y

la pérdida del atractivo físico, una preocupación que en parte se ve acrecentada porque este cierto declive físico de los adultos se produce coincidiendo con el esplendor de la madurez física y sexual de sus hijas e hijos adolescentes.

Por otro lado, la relación de pareja también parece resentirse con la llegada a la adolescencia de hijas e hijos, de hecho, parece que disminuye la satisfacción marital y que para muchas parejas es un momento de crisis que aumenta el riesgo de divorcios y separaciones. Evidentemente, los cambios físicos y personales de la vida adulta que acabamos de mencionar influyen en las interacciones de la pareja y exigen a sus miembros un considerable esfuerzo para hacerles frente y para adaptarse a las nuevas necesidades del otro.

Finalmente, la crisis que muchos mujeres y hombres experimentan coincidiendo con la llegada de sus hijas e hijos a la adolescencia también tiene que ver con los cambios que empiezan a producirse en sus papeles como padres o madres. En este sentido, el hecho de que las hijas e hijos dejen de ser niños y niñas significa que hay que replantearse el rol parental, ya que los adolescentes no necesitan de sus progenitores la protección y el cuidado que madres y padres proporcionaron durante toda la infancia. La pérdida de ese rol como padre o madre de una niña o un niño pequeño puede vivirse con nostalgia por muchos adultos que se resisten a la desvinculación emocional y al incremento de la autonomía que los nuevos adolescentes demandan. Algunos madres y padres empiezan a percibir que han dejado de ser para sus hijos e hijas las personas más importantes y necesarias, lo que especialmente para muchas mujeres que han centrado su vida en las hijas y los hijos resulta muy difícil de aceptar y asimilar. En este sentido, esta etapa es especialmente difícil para muchos adultos porque tienen que modificar su papel como madre o padre para adaptarse a las necesidades de una hija o hijo adolescente. Así, mientras que durante toda la infancia su papel ha consistido fundamentalmente en proporcionar protección, seguridad y afecto a los niños y niñas; durante la adolescencia, las madres y los padres deben redefinir el estilo interactivo que mantenían con sus hijas e hijos para hacer frente a las nuevas tareas educativas que implica ser madre o padre de un adolescente y, además, deben realizar estas adaptaciones en la dinámica familiar coincidiendo con los cambios que ellos mismos están experimentando.

Aunque como vemos la mitad de la vida supone un periodo de reflexión y cambios en la vida de los adultos, la forma en la que mujeres y hombres se ajusten a dichos cambios y el malestar que les provoquen depende de toda una serie de factores. Factores personales como la satisfacción laboral o la calidad de la relación de pareja, y sociales como disponer de buenas redes de apoyo

social o contar con cierto apoyo institucional para el cuidado de las personas ancianas, pueden facilitar enormemente la adaptación a esta etapa e incluso favorecer el desarrollo adulto, haciendo que este momento de crisis sea motor de crecimiento. Por otro lado, y según la perspectiva del ciclo vital, la continuidad es bastante considerable a lo largo de los años, por lo que la forma de vivir y enfrentarse a este momento va a depender en gran medida de las experiencias anteriores y de las estrategias de afrontamiento adquiridas.

En resumen, por tanto, en este proceso de cambio y transformación de la dinámica familiar que suele producirse con la llegada de las hijas y los hijos a la adolescencia influyen, por un lado, los procesos de cambio socio-personal del adolescente, por otro, la propia situación de desarrollo personal de los progenitores y, finalmente, otros factores contextuales tales como el número y la edad de las hermanas y los hermanos si los hay. La interdependencia entre todas estas variables, fruto de la concepción sistémica de la familia que hemos definido en páginas anteriores, apoya la idea de que durante esta etapa los distintos miembros de la familia han de trabajar juntos para definir una nueva fase del ciclo familiar, objetivo que a veces no resulta fácil ni para los jóvenes ni para sus madres y padres.

## **RELACIONES ENTRE HERMANAS Y HERMANOS DURANTE LA ADOLESCENCIA**

Tal y como acabamos de mencionar, los conflictos entre hermanas y hermanos pueden suponer una fuente adicional de estrés a la dinámica familiar durante la adolescencia, ya que suele ser frecuente que una relación positiva entre dos hermanas/os de distinta edad se convierta en conflictiva con la llegada a la adolescencia del mayor de ellas/os. Las causas de este distanciamiento de la hermana o hermano mayor no son muy distintas a las que llevan a un alejamiento de los progenitores, y suelen estar relacionadas con la búsqueda de una mayor autonomía y de un espacio propio en el contexto familiar. Además, con la llegada de la pubertad van a surgir nuevos intereses en el adolescente que tenderán a distanciarle de la hermana o hermano pequeño. En esta situación puede ocurrir que el hermano/a mayor rehuya juegos e interacciones con el pequeño/a, que tenderá a mostrarse resentido y fastidiar a su hermano/a con el objetivo de llamar su atención. En cualquier caso esta conflictividad tenderá a ser transitoria cuando las relaciones fraternas fueron buenas durante la infancia.

En muchas ocasiones, las madres y los padres contribuyen de forma involuntaria a aumentar la rivalidad fraterna, lo que ocurre especialmente cuando

## ● ● CAMBIOS Y EVOLUCIÓN DE LA FAMILIA

el adolescente es comparado continuamente con otra hermana o hermano («si tuvieras la paciencia de Ana...»). En estos casos el mensaje que se está transmitiendo al chico o chica adolescente es que para ser querido debe estar a la altura de algún estándar, y no por ser él o ella misma, lo que puede mermar su autoestima y generar resentimiento hacia la hermana o hermano “perfectos”. Otras situaciones que también contribuyen a aumentar la conflictividad fraterna son aquellas en que uno de los hermanos/as recibe un claro trato de favor por parte de la madre o el padre, como cuando toleran algún comportamiento en uno de los hermanos mientras que lo sancionan en el otro/a. Por lo tanto, las madres y los padres pueden hacer bastante para favorecer las buenas relaciones fraternas como:

- Evitar las comparaciones entre hermanas y hermanos y respetar las diferencias entre ellos.
- No dar un trato de favor a alguno de los hermanos/as.
- Hablar con el adolescente sobre sus sentimientos hacia su hermana o hermano.
- Discutir junto a las hermanas o los hermanos algunos detalles relativos a normas de funcionamiento familiar, como quién ocupa un determinado espacio en su cuarto o qué programa de televisión ver.

## LA FAMILIA TRAS EL DIVORCIO

El ciclo familiar que describimos anteriormente está constituido por la evolución que propician las principales transiciones normativas que experimentan la mayoría de las familias. No obstante, como señalábamos más arriba, la evolución de una familia concreta viene determinada por estas situaciones comunes más todas las transiciones no normativas o específicas que vive concretamente esa familia. Entre las transiciones no normativas que puede tener que afrontar una familia se encuentra, sin duda, la separación o divorcio de los padres. Dado el creciente porcentaje de familias que tienen que afrontar esta situación, vamos a referirnos a ella brevemente.

Como antes señalábamos, la construcción de una familia comienza cuando una pareja decide iniciar un proyecto de vida en común que, generalmente, se afronta con una perspectiva de continuidad en el tiempo. En muchos casos, sin embargo, la evolución personal de los miembros de la pareja, los nuevos

retos que supone la llegada de las hijas y de los hijos y/o otras circunstancias de distinto tipo pueden contribuir a que un número considerable de parejas decidan poner fin a ese proyecto de vida en común mediante la separación o el divorcio. Fiel a los planteamientos teóricos expuestos anteriormente, la separación y el divorcio deben entenderse como una transición familiar que implica importantes desajustes personales y la necesidad de que todos los miembros se adapten a una nueva situación familiar. Para las hijas y los hijos, el cambio supone pasar de convivir en un núcleo familiar a convivir en dos núcleos relacionados.

Cuando la separación y el divorcio se conciben como una transición familiar, no es posible determinar a priori cuál será el resultado de dicha transición ni para los progenitores ni para las hijas y los hijos, ya que el hecho de que se resuelva de una forma más o menos positiva depende de todo un conjunto de factores específicos de cada sistema familiar. En primer lugar, hay separaciones más o menos amistosas, separaciones en las que la decisión es tomada por mutuo acuerdo y separaciones en las que uno de los dos miembros de la pareja se siente traicionado, humillado y/o abandonado por el otro. Las relaciones entre los progenitores tras el divorcio serán más o menos positivas dependiendo de cómo se produzca la separación y de cómo fueran previamente las relaciones conyugales. Evidentemente, cuanto mayor acuerdo se haya logrado en los términos de la separación y mejor sintonía personal se mantenga entre los excónyuges, más fácil será la adaptación de todos los miembros de la familia a la nueva situación familiar que se crea tras el divorcio. En este sentido, aunque el rechazo y la hostilidad son respuestas muy comunes, es importante conseguir que se mantengan ciertos contactos y que la relación postmarital sea buena; cuando esto se consigue, los adultos reducen su sensación de desamparo y soledad y los hijos e hijas se sienten menos angustiados y se adaptan mejor a la nueva situación. Finalmente, el divorcio tiene consecuencias distintas para familias que cuentan con distintas redes de apoyo. En una situación difícil como es la de una separación familiar, contar con buenas redes de apoyo tanto de familiares como de amigos siempre facilita el ajuste.

Además de resaltar la importante diversidad que existe entre cómo unas familias y otras afrontan la experiencia del divorcio, es igualmente razonable señalar que todos los miembros de la familia experimentan un período de inestabilidad, cambios y crisis tras la experiencia del divorcio. Más allá de sus propias emociones y dificultades, a muchas madres y padres les preocupa enormemente los efectos y consecuencias que su separación puede acarrear sobre sus hijas e hijos. Debemos destacar que no todos los hijos e hijas viven la experiencia del divorcio de la misma forma, y a esta vivencia diferencial contribuyen, sin duda, tanto sus características personales como las características específicas de su contexto familiar que hemos

señalado más arriba. Entre las características específicas de los menores podemos señalar, especialmente, la edad de las hijas y los hijos. Los estudios disponibles muestran que son las niñas y los niños en edad preescolar los que, a corto plazo, sufren más alteraciones tras el divorcio de sus madres y padres, probablemente, porque tienen un concepto de familia más vinculado a la convivencia de todos los miembros bajo un mismo techo, porque comprenden peor lo que ha provocado la ruptura y porque muestran una mayor tendencia a culparse a sí mismos. En el otro extremo, parece que los chicos y chicas adolescentes son los que pueden adaptarse más fácilmente a la nueva situación tras el divorcio, en este caso, porque disponen de más capacidades cognitivas que les permiten entender los motivos de la separación y la situación emocional por la que atraviesan sus progenitores. En todo caso, es necesario recordar que la etapa de la adolescencia es en sí misma una etapa de cambios y adaptaciones debido a los procesos de desarrollo socio-personal que chicas y chicos afrontan durante estos años. No es por ello extraño que si un chico o una chica tienen que afrontar una separación complicada entre su madre y su padre a la vez que se adapta a sus propios cambios personales, la etapa de la adolescencia se pueda volver especialmente difícil.

No obstante, como decíamos, los estudios disponibles muestran que la mayoría de las chicas y chicos adolescentes no suelen mostrar grandes tensiones tras la separación de sus progenitores, sino que parece que a corto plazo pueden encajar esta experiencia y adaptarse a la nueva situación mejor que los niños y niñas más pequeños. Datos muy diferentes, sin embargo, debemos ofrecer en relación con la formación de familias reconstituidas; en este sentido, el inicio de la adolescencia parece ser la peor edad para afrontar el inicio de una familia reconstituida, esto es, aceptar y adaptarse al nuevo emparejamiento del padre o la madre biológica. Como ya sabemos, al inicio de la adolescencia se experimentan tensiones derivadas de los procesos de la pubertad y de la necesidad de una creciente autonomía, cuando a este complejo proceso de transición personal se añaden las tensiones derivadas de la construcción de un nuevo núcleo familiar y la aceptación de una nueva figura adulta en su vida, habitualmente las cosas se vuelven especialmente complicadas para el chico o la chica adolescente. Puesto que la formación de una familia reconstituida constituye una transición familiar que requiere importantes reajustes y adaptaciones para todos los miembros, en la medida en que no coincida con otras transiciones personales o familiares, más fácil será para todos afrontar con éxito la nueva situación.

En todo caso, la forma en que las hijas e hijos afronten el divorcio entre su madre y su padre y la posible formación de una nueva familia depende, en gran medida, de la actuación de los propios progenitores. En este sentido, conviene recordar algunas ideas claves:

- ● Informar juntos a las hijas e hijos de la decisión de divorciarse, ofreciéndoles una explicación acorde con su edad de las razones que han llevado a la pareja a tomar tal decisión.

- ● Tener previstos todos los cambios que se van a producir en la vida de las niñas y niños, comunicándoselos desde el primer momento. En la medida de lo posible, y especialmente en el caso de adolescentes, la separación de los progenitores debería alterar lo menos posible su experiencia escolar y sus relaciones sociales.

- ● No esperar que las hijas y los hijos tomen partido por uno u otro progenitor, mostrar una actitud de respeto mutuo y evitar transmitir a los hijos e hijas una visión negativa del otro progenitor.

- ● Nunca culpabilizar a las hijas y los hijos de la decisión, ni permitir que ellos mismos se culpabilicen: es una decisión que tiene que ver con la relación de pareja, no con la relación con los hijos/as.

- ● En el caso de que exista la posibilidad de un nuevo emparejamiento de la madre o del padre biológico, la entrada en el hogar de este nuevo adulto no debería producirse inmediatamente tras la separación. Sobre todo si se trata de hijas e hijos adolescentes, el nuevo adulto debería ir entablando una relación basada en un conocimiento y acercamiento progresivo.

- ● La nueva pareja de la madre o del padre no debe intentar sustituir al padre o la madre biológica ausentes y, de hecho, debe de permitir y fomentar que las decisiones y responsabilidades educativas sigan recayendo, fundamentalmente, en los progenitores. En este sentido, la relación entre los adolescentes y la nueva pareja de su madre o padre se ve favorecida si este nuevo adulto adopta un estilo educativo basado en la comunicación y el afecto, procurando que el control y la imposición de límites sean ejercicios por la madre o el padre biológico.

## IDEAS CLAVE SESIÓN 2

- La familia es un contexto de desarrollo muy importante tanto para los adultos como para las niñas y niños que viven en ella.
- La familia constituye un conjunto de diferentes relaciones interpersonales (padre-madre, madre-hijo/a, hijo-hija, etc.); cada vez que un miembro o una relación entre miembros cambia, el sistema familiar se ve modificado.
- En ese desarrollo, la familia pasa por distintas etapas en las que tiene que ir afrontando tareas evolutivas diferentes. Esas diferentes etapas por las que pasan la mayoría de las familias constituye el Ciclo Familiar.
- La llegada de las hijas y los hijos a la adolescencia constituye una transición normativa familiar que implica cambios para el sistema familiar, sobre todo, una redefinición de las relaciones madres/padres-hijos/as.
- Coincidiendo con la llegada de las hijas y los hijos a la adolescencia, los progenitores también experimentan ciertos cambios personales, con frecuencia, la llamada Crisis de mitad de la vida. Es un momento de reflexión sobre el valor de la propia trayectoria vital, que se une a una preocupación por el deterioro físico y a la sensación de una cierta pérdida del rol parental.
- Madres y padres tienen que ser capaces de afrontar las adaptaciones en la dinámica familiar que requiere la llegada de las hijas y los hijos a la adolescencia al mismo tiempo que experimentan ciertos cambios personales propios del desarrollo adulto.
- Los conflictos entre hermanas y hermanos pueden suponer una fuente adicional de estrés a la dinámica familiar durante la adolescencia. El papel de los progenitores, evitando las comparaciones entre hermanas/os, es clave para que se reduzca la rivalidad durante esta etapa.
- El divorcio de los progenitores puede ser entendido y aceptado por los chicos y chicas adolescentes, aunque si se trata de una separación difícil puede complicar esta etapa, sobre todo cuando la separación lleva asociado un nuevo emparejamiento de la madre o el padre biológico.





# OBJETIVOS GENERALES

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

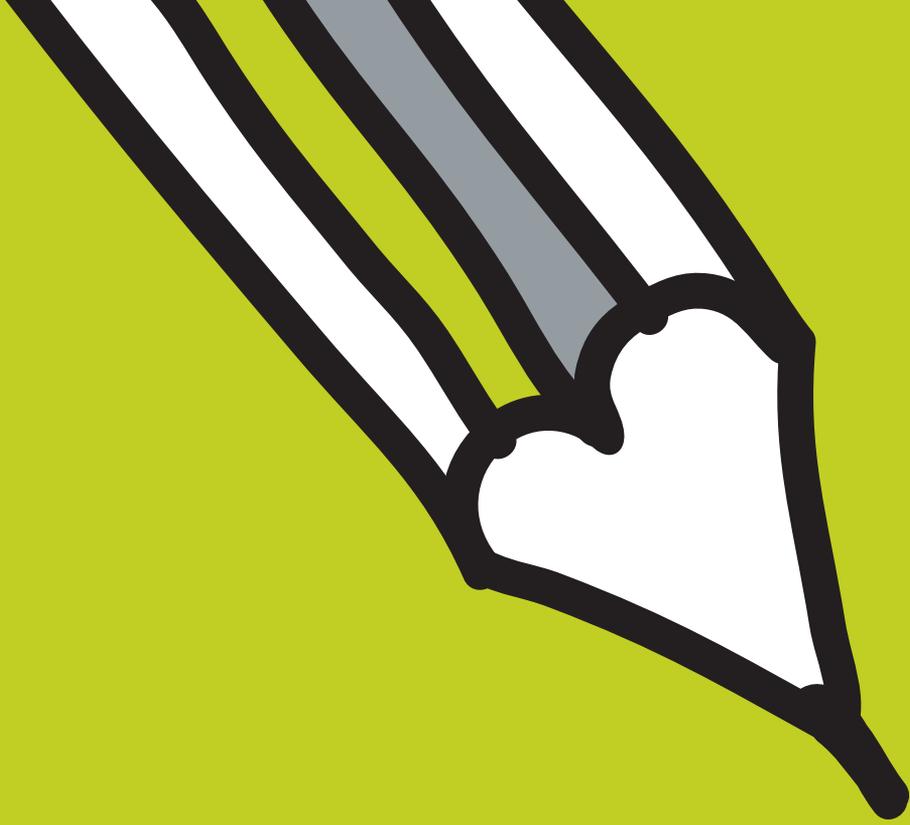
**3 Comprender que la familia es un sistema dinámico que experimenta cambios y una importante evolución a lo largo del tiempo.**

**4 Entender los cambios que se producen en la familia con la llegada de las hijas y los hijos a la adolescencia como normales y necesarios.**

**5 Analizar las principales transformaciones que se producen en la familia con la llegada de las hijas y los hijos a la adolescencia, y que están provocados tanto por los cambios que ocurren en los hijos e hijas como en sus madres y padres.**

**6 Reflexionar sobre los cambios personales que experimentan madres y padres y su repercusión sobre la dinámica familiar.**





# **ACTIVIDADES**





## INTRODUCCIÓN

El coordinador/a da la bienvenida a los y las participantes, les agradece su participación y les anima a seguir trabajando y reflexionando sobre su papel como madres y padres de adolescentes.

El coordinador/a apoyándose se la transparencia 2.1, debe explicar que en esta segunda sesión abordaremos un tema muy interesante que tiene que ver con la comprensión de la familia como un sistema dinámico y en constante evolución. Así, en primer lugar, empezaremos abordando qué se entiende por familia. Aunque sabemos y destacaremos que en la actualidad existe una amplia diversidad de formas familiares, es posible dar una definición amplia en la que se puede incluir cualquier tipo de familia. En concreto, podemos definir la familia como *la unión y convivencia de unas personas que comparten un proyecto de vida en común, entre las que existe un importante compromiso personal y entre las que se establecen intensas relaciones de intimidad, reciprocidad y dependencia* (transparencia 2.2).

Así entendida y como podemos ver en la transparencia 2.3, la familia es un contexto de desarrollo muy importante tanto para los adultos como para los niñas y niños que viven en ella. Es decir, las relaciones que se establecen entre los distintos miembros de la familia y todo lo que allí ocurre explican en gran parte cómo es el desarrollo de las distintas personas que conviven en ese contexto familiar. En concreto, nos detendremos en analizar cómo la dinámica familiar es el conjunto de tres tipos de relaciones interpersonales que están estrechamente ligadas: las relaciones entre los progenitores, las relaciones padres/madres-hijos/as y las relaciones entre hermanas y hermanos. La familia funciona como un sistema: lo que ocurre en cada uno de estos subsistemas de relación influye en los demás y viceversa. Un ejemplo de esta interdependencia se observa al comprobar cómo los conflictos en una relación de pareja terminan repercutiendo sobre los hijas e hijos de esa pareja. Por otra parte, conviene terminar de analizar las características de la familia indicando que no se trata de un contexto cerrado y aislado de lo que ocurre a su alrededor. Muy al contrario, la dinámica familiar también se ve influida por las relaciones que los distintos miembros de la familia establecen en el entorno social que les rodea. Como ejemplo de esta última característica se pueden señalar los efectos que tiene en la dinámica familiar el que chicas y chicos salgan con unos u otros amigos y quieran disfrutar de su tiempo libre realizando unas u otras actividades.

A continuación, un aspecto de la familia que es muy importante destacar es el carácter dinámico de la misma, es decir, la familia no permanece siempre

igual sino que cambia y evoluciona a lo largo del tiempo debido, por un lado, a que se producen cambios personales de cada uno de los miembros y, por otro lado, a que cambian las relaciones entre dichos miembros de la familia. El concepto que resulta más útil para entender la evolución de la familia es el de *transición familiar* (ver transparencia 2.4). Decimos que se produce una transición cuando la familia tiene que afrontar determinados acontecimientos o experiencias que tienen un importante impacto sobre el sistema familiar, esto es, que suponen posibles cambios, desequilibrios, adaptaciones a nuevas situaciones, modificaciones en los roles desempeñados por los distintos miembros, etc. Ejemplos de transiciones familiares serían el nacimiento de la primera hija o hijo, una situación de pérdida del empleo de los progenitores, la llegada de las hijas y los hijos a la adolescencia, etc. Cada una de estas transiciones supone un momento en el que se pueden producir importantes cambios y la dinámica familiar evoluciona hacia una nueva etapa.

Desde los planteamientos de la evolución familiar, la llegada de las hijas y los hijos a la adolescencia debe entenderse como una transición normativa por la que pasan todas las familias y supone, para la mayoría de las familias, un momento de cambios importantes en la dinámica familiar. Como podemos ver en la transparencia 2.5, una evolución familiar que viene promovida fundamentalmente por los cambios evolutivos que experimentan chicas y chicos y que suponen importantes cambios en la dinámica familiar. Por un lado, madres y padres tienen que redefinir sus papeles como progenitores ya que han cambiado sus tareas en relación con sus hijas e hijos (conforme aumenta la autonomía del adolescente, pierde sentido la tarea de protección y cuidado que era necesaria con las niñas y los niños pequeños) y, en segundo lugar, se produce un cambio sustancial en la relación entre los progenitores y los jóvenes (la adolescencia requiere prácticas educativas que permiten en mayor medida la toma de decisiones personales; estrategias diferentes de supervisión y control, etc.). Se trata, en definitiva, de una etapa de redefinición de las relaciones padres/madres-hijos/as porque algunas de las prácticas educativas y el estilo interactivo que se había utilizado durante la infancia resultan poco adecuados en esta nueva etapa, siendo necesaria la adaptación de las prácticas educativas a las nuevas y crecientes capacidades de los adolescentes.

Pero los cambios que se producen en la familia con la llegada de las hijas y los hijos a la adolescencia también tienen que ver con los cambios personales que madres y padres suelen experimentar durante esta etapa. Así, coincidiendo con la llegada de las hijas y los hijos a la adolescencia, los adultos suelen experimentar la Crisis de mitad de vida (ver transparencia 2.6), un momento de reflexión en el que los adultos cuestionan el valor de su propia trayectoria

## ● ● CAMBIOS Y EVOLUCIÓN DE LA FAMILIA

vital y analizan en qué medida sus deseos y aspiraciones se han conseguido. A esta inquietud suele unirse una cierta preocupación por el declive físico y por la pérdida del rol como madre o padre que se ha venido desarrollando durante la infancia.

En algunos casos, la evolución que experimenta el sistema familiar con la llegada de los hijos e hijas a la adolescencia también conlleva ciertos cambios en las relaciones entre hermanas y hermanos que, como el resto de relaciones, se ven afectadas por las nuevas características de las chicas y chicos adolescentes (ver transparencia 2.7). Al igual que durante la infancia, el papel de las madres y los padres es clave para que las relaciones entre hermanas y hermanos durante esta etapa sean más o menos positivas. Entre otras cosas:

- Evitar las comparaciones entre hermanas y hermanos y respetar las diferencias entre ellos y ellas.
- No dar un trato de favor a alguno de los hermanos/as.
- Hablar con el adolescente sobre sus sentimientos hacia el hermano/a.
- Discutir junto a hermanas y hermanos algunos detalles relativos a normas de funcionamiento familiar, como quién ocupa un determinado espacio en su cuarto o qué programa de televisión ver.

## ACTIVIDADES

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

ACTIVIDAD 1	
Etapas en la historia de la familia	
Duración aproximada	15 minutos
Objetivos	Reflexionar sobre el carácter dinámico y cambiante que tiene el sistema familiar. Identificar las transiciones que permiten diferenciar las principales etapas en la evolución de la familia.
Materiales	Lápiz y papel. Anexo 2.1: Ficha 2.1: Cambios en mi familia

### Desarrollo de la actividad

Se pide a cada madre/padre que piense e identifique aquellos acontecimientos que han sido más significativos e impactantes en la historia de su familia, acontecimientos que han supuesto cambios importantes en el sistema familiar y que han dado lugar a diferentes «etapas en la evolución de la familia». El orientador reparte la ficha 2.1 (ver anexo 2.1) y explica la actividad que tienen que realizar de la siguiente manera: *«Vamos a empezar esta primera sesión reflexionando sobre los cambios que se han producido en nuestra familia a lo largo del tiempo. Todas las familias van cambiando y pasando por diferentes etapas, etapas que pueden comenzar porque se incorpora un nuevo miembro a la familia, porque alguno de esos miembros cambia de forma sustancial o por cualquier otro acontecimiento significativo e impactante que cambie la dinámica familiar. Estos cambios que experimentan las familias son normales y permiten que evolucione el sistema familiar conforme evolucionan cada uno de sus miembros como personas. Ahora, en 5 minutos, vamos a reflexionar sobre los distintas etapas (y los sucesos que han dado lugar a esas etapas) que habéis observado*

## ● ● CAMBIOS Y EVOLUCIÓN DE LA FAMILIA

*en vuestra familia desde sus inicios hasta la actualidad. Debéis pensarlo y apuntarlo en una hoja de papel de cara a la puesta en común posterior».*

Se lleva a cabo una puesta en común con las diferentes reflexiones que algunas madres y padres quieran exponer sobre los cambios y las etapas que se han producido en su familia a lo largo del tiempo. Se animara a todos las madres y padres a participar, pero no se obligará a nadie a ofrecer su reflexión personal. Como en el resto de las actividades, debe predominar un clima de respeto y confidencialidad, ya que de otra manera, madres y padres se mostrarían reacios a hablar de temas tan personales.

El coordinador/a debe dirigir esta puesta en común destacando las similitudes que pueden encontrarse entre las reflexiones de los distintos padres y madres sobre las principales etapas en las trayectorias de sus familias, e intentando que entre todos se construya un esquema del Ciclo Familiar que integre las principales etapas y transiciones familiares normativas, similar al que se ofrece en la transparencia 2.9.

### Síntesis de la actividad

A partir de una puesta en común o discusión dirigida se debe elaborar una síntesis por parte del coordinador/a que debe recoger, como mínimo, las siguientes conclusiones o ideas claves:

- ● Las familias no son contextos estáticos, sino sistemas dinámicos que cambian y evolucionan a lo largo del tiempo.

- ● En la evolución de las familias es posible encontrar algunos cambios que las afectan mayoritariamente, lo que llamamos transiciones normativas, que son acontecimientos o experiencias por las que pasan la mayoría de las familias, como el nacimiento de las hijas y los hijos, la llegada de estos a la adolescencia, etc.

- ● La sucesión de estas transiciones supone una evolución del sistema familiar en el que es posible identificar una serie de Etapas en el Ciclo Familiar.

- ● Estas transiciones o momentos de cambio se producen a raíz de los cambios de desarrollo de los distintos miembros o por cambios en la configuración familiar.

- ● Además de las transiciones normativas, existen una serie de transiciones no normativas, que son específicas de cada familia, pero igualmente impor-

tantes para entender los cambios que se producen. Como ejemplos podemos señalar el divorcio, emigrar de un país a otro...)

- ● Los progenitores que se divorcian deben intentar mantener unas buenas relaciones. En la medida en que la separación se produzca de forma amistosa, los excónyuges mantengan buenos contactos y ambos cuenten con redes de apoyo social, más fácil será la adaptación a la nueva situación para todos los miembros de la familia.

- ● En la mayoría de los casos, las niñas y los niños pequeños son los que viven peor la separación de su madres y su padre. Aunque los adolescentes pueden comprender mejor las razones que llevan a sus progenitores a tomar la decisión de separarse, también pueden vivir con problemas la situación del divorcio. En todos los casos, madres y padres deberían intentar explicar a sus hijas e hijos que la separación tiene que ver con la relación de pareja, no con la relación con los hijos, que debe alterarse lo menos posible.

- ● En el caso de que exista un nuevo emparejamiento del padre o la madre biológica, la entrada en el hogar de este nuevo adulto no debería producirse inmediatamente tras la separación, sobre todo si se trata de hijas e hijos adolescentes. La nueva pareja no debe intentar sustituir la madre o el padre biológico ausentes, la relación se ve favorecida si este nuevo adulto adopta un estilo educativo basado en la comunicación y el afecto, procurando que el control y la imposición de límites sean ejercidos por la madre o el padre biológicos.

Esta síntesis final se apoyará en las transparencias 2.8- 2.11

## ACTIVIDAD 2

### Cambio en el papel de los padres

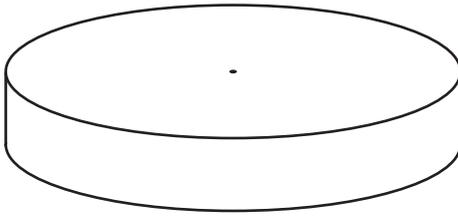
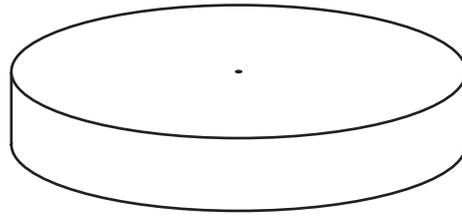
Duración aproximada	15 minutos
Objetivos	<p>Reflexionar acerca de en qué medida las tareas educativas de las madres y los padres cambian o permanecen iguales entre la infancia y la adolescencia de las hijas y los hijos.</p> <p>Tener un primer acercamiento a las dimensiones («ingredientes») que integran y definen las prácticas educativas de las madres y los padres.</p>
Materiales	<p>Lápiz y papel.</p> <p>Anexo 2.1: Ficha 2.1: Cambios en mi familia</p>

### Desarrollo de la actividad: Rellenar las tartas

El coordinador/a reparte individualmente la ficha 2.2 y explica a los participantes en qué consiste la actividad: *«En la ficha podéis ver dos tartas, una en la que pone infancia y otra en la que pone adolescencia. Cuando las niñas y los niños son pequeños, lo que necesitan de nosotros como padres y madres es diferente a lo que necesitan cuando son mayores. Os voy a decir una serie de características educativas y tenéis que colorear la porción que creáis que debemos dedicarle a esa característica en la infancia y la porción que debemos dedicarle en la adolescencia. Os voy a poner un ejemplo: comprarle la ropa, es una característica que ha cambiado a lo largo del tiempo, ¿verdad? Ellos y ellas aprenden a ser más autónomos y a veces hasta salen con sus amigos y amigas de compras; la porción de la tarta para esta característica en la infancia sería mucho mayor que en la adolescencia. Ahora os voy a ir diciendo las características que tenéis que colorear en vuestras tartas»*. El coordinador/a nombra una característica y da un tiempo prudencial para que madres y padres piensen y coloreen sus tartas, así con todas ellas. Son las siguientes:

- Proporcionar afecto.
- Escuchar a las hijas e hijos.
- Ponerles normas.
- Exigirles.
- Permitirles tomar decisiones.
- Enseñarle cosas y educarlos.

El tamaño de cada «porción» debe representar la importancia que se le atribuye a cada característica. El círculo debe repetirse luego en relación a la adolescencia y reflexionar en qué medida sus prácticas educativas han cambiado.

**Infancia****Adolescencia**

Se lleva a cabo una puesta en común en el que los madres y padres van mostrando sus «tartas». El coordinador debe aprovechar la puesta en común para destaca, en primer lugar, como distintos madres y padres han combinado en proporciones diferentes las distintas dimensiones que componen las prácticas educativas (esto debe aprovecharse para destacar que existen diferentes formas de ser padres y madres) y, en segundo lugar, cómo la mayoría de los padres y madres han modificado (en mayor o menor medida) las prácticas educativas desde la infancia a la adolescencia de sus hijas e hijos. Debe quedar claro que, en todos los casos, los progenitores deben adaptar sus prácticas educativas a la edad de las hijas e hijos y, por tanto, que con la llegada de la adolescencia mujeres y hombres tienen que replantearse su papel como madres y padres.

### Síntesis de la actividad

La actividad concluiría con una síntesis que se elaboraría a partir de la puesta en común o discusión dirigida. Esta síntesis, que se apoyará en las transparencias 2.12-2.14, debería recoger los elementos que aparecen a continuación:

- Toda práctica educativa integra en diferentes proporciones un conjunto de dimensiones o características.

- La forma en que se integren esas dimensiones debe ajustarse a la edad de las hijas y los hijos, por ejemplo, debe ir aumentando el permitirles tomar decisiones por sí mismo (fomento de la autonomía) pero no tienen por qué disminuir otras: exigirles madurez adecuada a su edad.

- Es necesario que mujeres y hombres modifiquen su rol como madres y padres con la llegada de sus hijos a la adolescencia.

- Madres y padres siguen siendo un contexto de desarrollo fundamental para sus hijos e hijas durante la adolescencia. Sus prácticas educativas van a ejercer mucha influencia en el desarrollo de chicos y chicas, por lo que deben hacer un esfuerzo importante a la hora de ajustarse a sus nuevas características y necesidades.

## ACTIVIDAD 3

### El termómetro de la adultez

Duración aproximada	20 minutos
Objetivos	Identificar los principales roles que integran la identidad durante la adultez. Analizar el grado de implicación y satisfacción personal con cada uno de esos roles.
Materiales	Lápices de colores. Anexo 2.3: Ficha 2.3: Termómetro de la adultez I Anexo 2.4: Ficha 2.4: Termómetro de la adultez II

#### Desarrollo de la actividad: Trabajo en grupos

Se forman grupos de 2-3 madres/padres que deben de identificar los principales roles o papeles que desempeñan los adultos. A continuación cada miembro del grupo tomará una lámina para cada uno de los roles identificados y pintará de color rojo en el primer termómetro cuánto de su tiempo e implicación personal le lleva el desempeño de ese rol (siendo 1 muy poca implicación y 5 mucha implicación). A continuación pintarán con lápiz verde la satisfacción personal que experimentan con el desempeño de ese rol (siendo 1 muy poca satisfacción y 5 mucha satisfacción). A partir de los resultados de cada miembro, cada grupo destacará qué roles requieren una mayor implicación y cuáles producen mayor satisfacción.

El coordinador/a intentará que entre los roles que los padres identifiquen, aparezcan los siguientes:

- Rol de padre/madre
- Rol de trabajador/a
- Rol de disfrute personal (tiempo que la persona tiene para hacer lo que le gusta)
- Rol de amigo/a
- Rol de hijo/a

Se realizará una puesta en común en el que los grupos comunicarán los resultados del trabajo de su grupo (no resultados personales) acerca de los roles cuyo desempeño les supone más implicación personal y acerca de qué roles les produce más satisfacción personal.

### Síntesis de la actividad

La actividad concluiría con una síntesis que se elaboraría a partir de la puesta en común o discusión dirigida. Debería recoger los elementos que aparecen a continuación (ver transparencias 2.15-2.16):

- ● Durante la etapa de la adultez, mujeres y hombres desempeñan una serie de roles fundamentales que dan sentido a esta etapa, entre ellos destaca el de ser madres y padres, aunque son igualmente importantes el de esposa/esposo, trabajador/a, amigo/a, etc.

- ● La implicación que supone el desempeño de cada uno estos roles cambia de unas personas a otras (los hombres suelen mostrar una mayor implicación con el desempeño laboral que las mujeres, por ejemplo) y cambia de unas etapas a otras (suele llevar más tiempo y dedicación el cuidado de una niña/o pequeño que el de un hijo mayor).

- ● Es importante sentirse satisfecho/a con los distintos roles que desempeñamos durante la adultez. En la medida que se produzca más diferencia entre la implicación personal que requiera un rol y la satisfacción que produzca (mucho esfuerzo y dedicación y muy poca satisfacción), más frustrante resulta para el adulto el desempeño de ese papel.

- ● Entre los roles de la adultez, ser madre o padre puede seguir produciendo una gran satisfacción para los madres y padres durante la adolescencia de sus hijas e hijos.

## ACTIVIDAD 4

### Puzzle de sentimientos

Duración aproximada	15-20 minutos
Objetivos	Reflexionar sobre cómo se sienten los padres y madres cuando sus hijas e hijos llegan a la adolescencia. Analizar las repercusiones que pueden tener en la relación con sus hijas e hijos su propio estado personal.
Materiales	Papel y lápiz Pizarra y rotuladores

### Desarrollo de la actividad: Puzzles de sentimientos

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

Sentimientos Positivos	Sentimientos Negativos
Bienestar Orgullo por verle crecer ...	Tristeza porque se va distanciando Melancolía de tiempos pasados ...

Seguidamente, explicará a los y las participantes en qué consiste la actividad: «A continuación vamos a reflexionar sobre cómo os sentís los padres y madres cuando las hijas y los hijos llegan a la adolescencia. No sólo cambian nuestros hijos e hijas, nosotros también vamos evolucionando en nuestras vidas y recorriendo distintas etapas. Ahora nos encontramos en una etapa en la que nos damos cuenta de que nuestros hijos e hijas se están haciendo mayores, una etapa en la que estamos más o menos estabilizados en nuestra familia, aunque esto dependerá de cada caso. Todo esto nos genera unos ciertos sentimientos que aquí vamos a tratar de hacer explícitos. Yo os hago la siguiente pregunta: ¿qué sentís ahora que vuestro hija o hijo ha llegado a la adolescencia? Por ejemplo: os sentís bien, orgullosos y orgullosas de verles crecer, o sentís cierta melancolía porque se ha hecho muy mayor en muy poco tiempo y tristeza porque...»

Los y las asistentes van diciendo en voz alta palabras que reflejan lo que ellos y ellas sienten en esta etapa evolutiva.

## Síntesis de la actividad

La actividad concluiría con una síntesis que se elaboraría a partir de la puesta en común o discusión dirigida. Debería recoger los elementos que aparecen a continuación (ver transparencias 2.17-2.18):

- Es común durante la adultez tener una vivencia de mitad de vida en la que aparecen algunos sentimientos personales de carácter negativo (no haber conseguido ciertos logros, haber desperdiciado el tiempo, se te van las hijas y los hijos y te quedas sin nada, etc.)

- Esta vivencia personal negativa que experimentan muchos adultos condiciona en parte la relación con los hijos e hijas adolescentes.

- En algunos casos, los progenitores se resisten a cerrar esa etapa de madres y padres de un niño pequeño porque fue una etapa en la que fueron muy felices y porque abandonarla supone acercarse a la vejez. Ello puede llevar a que algunos padres frenen de alguna manera el proceso de desarrollo de su hija o hijo y quieran seguir tratándolo como un niño o una niña.

- Conforme las hijas y los hijos crecen, nuestro papel como padres y madres cambia y no podemos anclarnos en vivencias y etapas anteriores.

- Para mantener buenas relaciones con las hijas y los hijos es bueno sentirse a gusto consigo mismo.

## ACTIVIDAD 5

### Para terminar... ¿qué hemos aprendido hoy?

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

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

Tras aproximadamente 10 minutos, el coordinador/a resumirá lo que han aprendido en la sesión con ayuda de la transparencia 2.19:

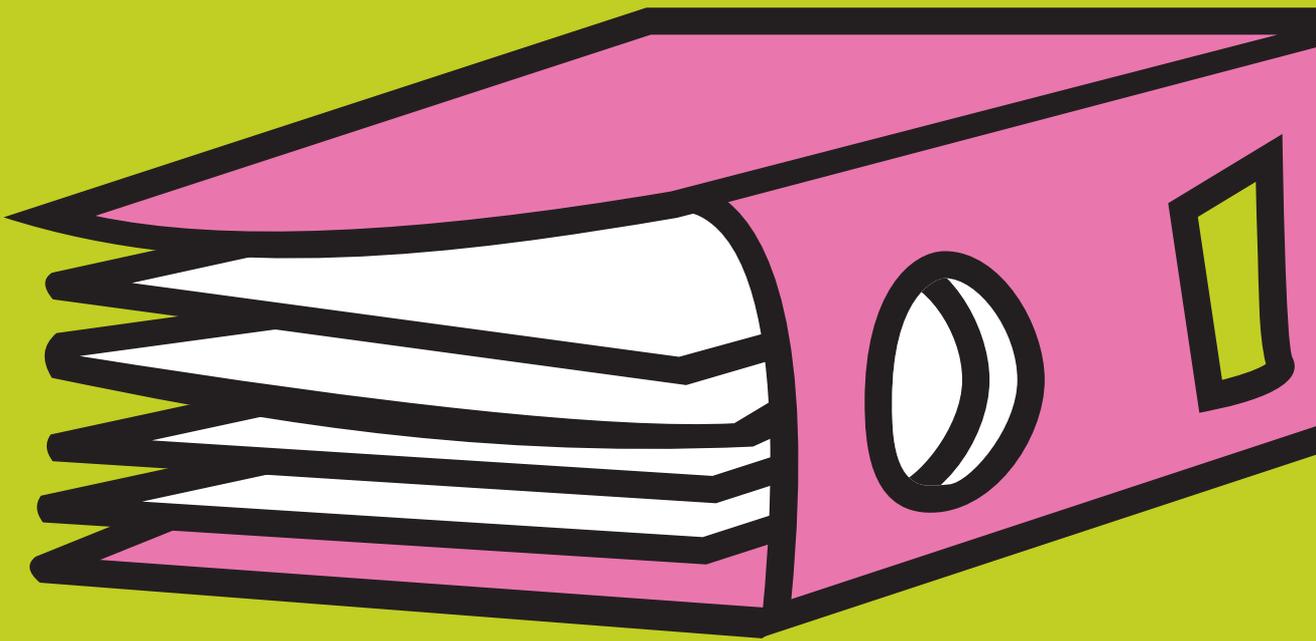
- ● La familia no es estática, sino que cambia y evoluciona a lo largo del tiempo.

- ● Los cambios que se producen con la llegada de los hijos e hijas a la adolescencia son normales y exigen la adaptación de todos los miembros de la familia a una nueva situación familiar.

- ● En esta etapa, los adultos también cambian. Madres y padres suelen experimentar la llamada Crisis de mitad de vida coincidiendo con la llegada de sus hijos e hijas a la adolescencia.

- ● En parte, la dificultad que encontramos en la etapa de la adolescencia tiene que ver con esta coincidencia de diferentes cambios personales. Madres y padres tienen que ser capaces de hacer frente a las nuevas tareas educativas que implica ser madre o padre de un adolescente y, además, deben realizar estas adaptaciones coincidiendo con los cambios personales asociados al período adulto en que se encuentran dichos mujeres y hombres.





**ANEXOS**





## ANEXO 2.1

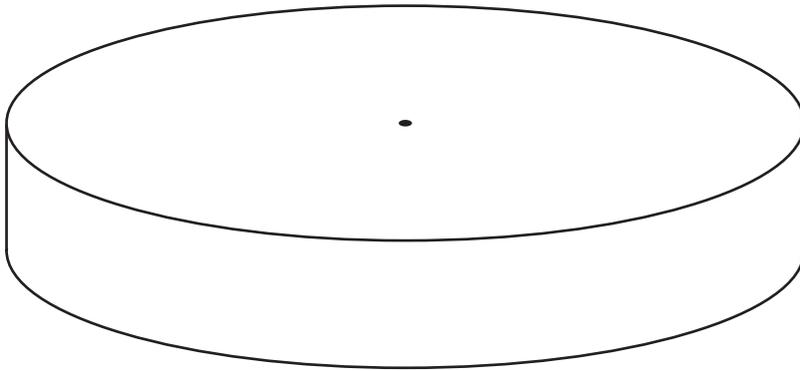
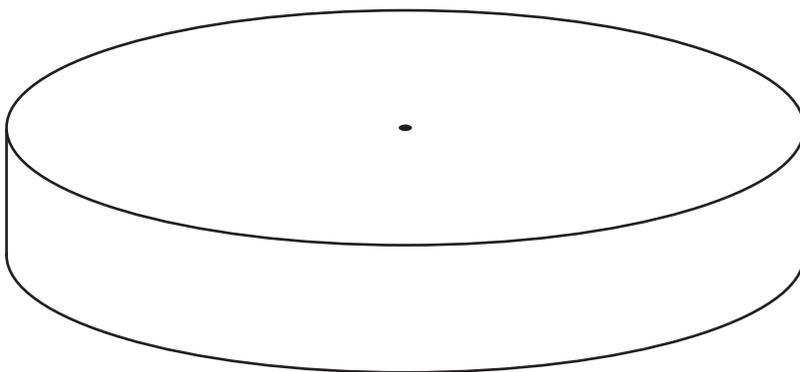
### Ficha 2.1: Cambios en mi familia.

Reflexiona sobre los cambios que se han producido en tu familia a lo largo del tiempo y anótalos más abajo:

¿Qué cosas han cambiado en mi familia a lo largo del tiempo desde que empecé con mi pareja hasta ahora? ¿Qué sucesos han dado lugar a esos cambios?

**ANEXO 2.2****Ficha 2.2: Cambios en nuestro papel como madres y padres**

Cuando nuestras hijas e hijos son pequeños, lo que necesitan de nosotros es diferente que cuando son más mayores. Os vamos a dar una serie de características y debéis colorear en cada una de las dos tartas (infancia y adolescencia) la porción que creáis más adecuada.

**INFANCIA****ADOLESCENCIA**

## ANEXO 2.3

### Ficha 2.3: El termómetro de la adultez I

A. En nuestra vida diaria como adultos, vamos desempeñando diferentes roles o papeles (por ejemplo, no hacemos lo mismo en casa que en el trabajo). En grupo, tratad de identificar los principales roles que desempeñamos los adultos en nuestra vida diaria

## ANEXO 2.4

### Ficha 2.4: El termómetro de la adultez I I

B. Con los roles que habéis identificado en grupo, de manera individual, coloca el nombre de cada uno de ellos debajo de los diferentes termómetros (ten en cuenta de que hay dos termómetros por cada rol). Una vez que colocados, tienes que colorear cada termómetro respondiendo a las siguientes preguntas:

●● De 1 a 5 (siendo 1 mucho y 5 ninguno): ¿Cuánto tiempo le dedicas al día al desempeño de este rol?

●● De 1 a 5 (siendo 1 mucha y 5 ninguna): ¿Cuánta satisfacción personal experimentas con el desempeño de este rol?

Tiempo	Satisfacción
5	5
4	4
3	3
2	2
1	1

●● Rol: