

# 74

Fecha de presentación: Septiembre, 2021

Fecha de aceptación: Noviembre, 2021

Fecha de publicación: Diciembre, 2021

## DESACUERDOS

EN LA DISCIPLINA DE LOS HIJOS. VALORACIONES DESDE LA PSICOLOGÍA

### DISAGREEMENTS IN THE DISCIPLINE OF CHILDREN. ASSESSMENTS FROM PSYCHOLOGY

Oswaldo Moncayo Aguiar<sup>1</sup>

E-mail: [omoncayo@hotmail.com](mailto:omoncayo@hotmail.com)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0886-923X>

<sup>1</sup> Universidad de Especialidades Turísticas. Ecuador.

#### Cita sugerida (APA, séptima edición)

Moncayo Aguiar, O. (2021). Desacuerdos en la disciplina de los hijos. Valoraciones desde la psicología. *Revista Universidad y Sociedad*, 13(S3), 567-575.

#### RESUMEN

Una de las cuestiones a tener en cuenta al momento de contraer matrimonio es la forma de educación que será impartida a los futuros hijos de la pareja. Si los padres provienen de hogares con diferentes estilos de educación y no han realizado las tareas prematrimoniales que son prescritas para todo cristiano, es probable que se les dificulte ponerse de acuerdo en cómo educar y corregir las actitudes erradas de sus hijos e hijas. A menudo, los desacuerdos surgen de la forma en la que se educa o se disciplina a los hijos, cuando se tiene madres que desautorizan a sus padres o viceversa, o madres sobreprotectoras de sus hijos, que los vuelven inútiles para la sociedad, o padres que imprimen en sus retinas acciones de mal ejemplo como violencia, agresión, ofensas, alcoholismo, drogadicción, promiscuidad, etc. Estos desacuerdos sociales y familiares provocan inestabilidad y rebeldía en los niños y adolescentes, resultando que adquieren patrones de conducta equivocados, a veces impartidos por sus propias familias o sus educadores, o sufren desafectos familiares y se desestabilizan, desembocando en tendencias delictivas, en casos extremos, por la falta de atención oportuna y profesional.

**Palabras clave:** Psicología, asesoría, familia.

#### ABSTRACT

One of the issues to take into account at the time of marriage is the form of education that will be imparted to the future children of the couple. If parents come from homes with different styles of education and have not performed the premarital tasks that are prescribed for all Christians, it is likely that they will find it difficult to agree on how to educate and correct the wrong attitudes of their sons and daughters. Often, disagreements arise from the way in which children are educated or disciplined, when you have mothers who disavow their fathers or vice versa, or mothers who are overprotective of their children, who make them useless for society, or fathers that imprint on their retina's actions of bad example such as violence, aggression, offenses, alcoholism, drug addiction, promiscuity, etc. These social and family disagreements cause instability and rebellion in children and adolescents, resulting in them acquiring wrong patterns of behavior, sometimes taught by their own families or their educators, or suffering family disaffection and becoming destabilized, leading to criminal tendencies, in extreme cases, due to the lack of timely and professional attention.

**Keywords:** Psychology, counseling, family.

## INTRODUCCIÓN

Los límites y la disciplina deben obedecer al objetivo que como padres dispongan. Además, se debe tener en cuenta la edad de los niños y la cooperación entre los padres si tienen hijos de diferentes edades puesto que cada etapa necesita de una instrucción particular. Los niños pequeños necesitan vigilancia y control porque es necesario que sean disciplinados y que puedan adquirir conocimientos sobre el autocontrol y obediencia. La disciplina y la educación son parte fundamental de la paternidad.

Tienes un hogar, que es un lugar privilegiado para que tus hijos reciban la educación correcta. Los padres deben ayudar a sus pequeños niños a expresar sus sentimientos y desarrollar un diálogo afectuoso. Antes de la adolescencia, sus hijos deben tener incorporados a su vida cotidiana valores cristianos, confiar en sus padres, asistir a la Iglesia, recibir buenos ejemplos, luego será más difícil puesto que se acerca la etapa más complicada en la vida de tus hijos. Siendo la adolescencia una etapa de crisis, es importante que los padres sean un apoyo y una guía para sus hijos.

Pero también piensa que no solo tus hijos están creciendo y aprendiendo, ustedes como padres también atraviesan sus dudas e incertidumbres, por eso es necesario que, si surgen temores, busquen a quién pueda aconsejarlos de la mejor manera.

Si su hijo o hija empieza a atravesar la adolescencia, deben tener las herramientas emocionales para que esta etapa sea de crecimiento y aprendizajes profundos que lo acompañarán toda su vida. Es imprescindible que conozcan sus amistades, su círculo de pertenencia, los lugares que frecuenta. También deben estar atentos a posibles vicios que puedan adquirir, como el cigarrillo. La clave es el diálogo y la comunicación.

Buscar el equilibrio y lo justo, por ejemplo, entre las obligaciones de la escuela y los momentos de diversión. Los padres deben reconocer que el crecimiento de sus hijos los obligará a cambiar de estrategias todo el tiempo, acompañándolos.

Piensa que tus niños de pequeños obedecían sin cuestionarte, pero al crecer surgen las dudas y preguntas, para las que debes estar preparado. Todo lo que los padres hacen y dicen, y la manera en cómo lo hacen, tiene un efecto en sus hijos. Si les gritas y los maltratas, probablemente el efecto generado no sea el esperado. Antes de decirles a tus hijos qué deben hacer, escúchalos. Solo así podrás dar respuestas adecuadas. Es importante que tus hijos tengan herramientas, es decir, argumentos e ideas útiles para defenderse, que deben ser proporcionados

por los padres. Tus hijos atraviesan cambios físicos que los acercan a descubrir el mundo de los adultos, por lo que deben estar preparados, en primer lugar, para no sufrir abusos, en segundo lugar para evitar que, siguiendo sus impulsos y por ignorancia, generen problemas evitables, como un embarazo o enfermedades.

Estas etapas, aunque temporales, deben contar con la previsión de los padres: debes adelantarte a los hechos con información, advertencias y tu experiencia propia.

Los cambios físicos que atraviesan tus hijos al acercarse a la adolescencia les pueden generar sentimientos de inferioridad, inseguridad, de comparación con otros adolescentes. Tú debes estar allí para recordarles lo valiosos y amados que son, no los critiques, acompáñalos y escúchalos. Este es el momento en el que más necesitan ser escuchados, comprendidos y estimulados para superar todos esos miedos. Si la actitud de los padres es la crítica, la desaprobación constante, el maltrato, los hijos buscarán aprobación en otro lado y pueden caer en actitudes rebeldes que los llevarán por un mal camino (Gómez et al., 2021).

## DESARROLLO

¿Cómo transmitir una buena educación a los hijos? ¿Cuál es la diferencia entre disciplina y maltrato? ¿Cuál es la importancia de la cooperación entre los padres?

Impartir disciplina no es lo mismo que castigar o maltratar a tus hijos. Disciplinar es ser una guía firme, ser coherente y consecuente con nuestras palabras. Es importante que ambos padres comprendan la diferencia fundamental entre lo explicado en Introducción sobre maltrato familiar y lo que significa educar con normas claras y precisas, fomentando la seguridad en sí mismo.

Por ello es esencial que los padres tengan buena comunicación entre sí y puedan reconocer si repiten patrones de su propia experiencia como hijos. Si han sido hijos maltratados o han sufrido abuso y si ello afecta su función como padres, deben buscar ayuda y resolver sus conflictos sin involucrar la educación y el futuro de sus hijos.

No desautorices a tu cónyuge delante de tus hijos; si tienen desacuerdos, es conveniente resolverlos solos, en privacidad, de esta forma pueden escucharse mutuamente y llegar a una conclusión, y a partir de allí actuar en conjunto y establecer estrategias para actuar en situaciones críticas.

Además, ello permitirá que los hijos perciban que ambos padres están de acuerdo y por lo tanto será más sencillo el proceso de educación. Estar de acuerdo y mantener las mismas reglas reduce la posibilidad de que surjan

discusiones en los momentos de marcar límites con los niños. Escucha y comprende tanto a tu pareja como a tus hijos, eso es una parte fundamental de las buenas relaciones familiares.

Ser un sustento y apoyo para tu pareja ayudará a que no se generen situaciones de conflicto y desacuerdo puesto que las podrás prevenir antes que se generen. Pueden pasar momentos en que se sientan desalentados por la ardua tarea de educar a sus hijos, tal vez alguno de los dos sienta que fracasa, además de frustración y tristeza. En estos momentos debe demostrar su apoyo, no juzgarlo, comunicarse con amor y afecto para que el ánimo vuelva a ser alegre y se puedan solucionar los problemas.

Generar normas claras y precisas en todos los niveles de la familia es una tarea ardua, que requiere comunicación y entrega a la función familiar. Tus hijos tienen que saber que esperar de sus padres, aprender desde pequeños que toda acción, buena o mala, tiene consecuencias y deben ser responsables con ellas. Como padres, no deben quedar atrapados en el ego de querer imponer las ideas propias puesto que una de las tareas más importantes es la enseñanza de verdades espirituales. Nunca olviden que deben trabajar en equipo y cooperar para el bienestar familiar, aportando lo mejor de cada uno. No es una tarea sencilla, de hecho, nadie nace sabiendo ser padre, por ello no se sientan culpables si se ven desbordados, busquen ayuda de un consejero o terapeuta. Lean sobre el tema y recurran a quienes puedan darles buenas recomendaciones.

La tendencia del mundo secular, académico y científico (no siempre lo científico está opuesto a la fe), así como de los defensores de los derechos de los niños niñas y adolescentes y, por último, los sistemas integrales de protección de derechos de la niñez, están a favor del **método del diálogo y del razonamiento**: aunque parezca que los niños y niñas no comprendan, se debe trabajar en lograr el mayor nivel de comprensión por parte de los menores de edad.

Estos defensores también afirman que en segundo plano está la educación con juegos que faciliten la comprensión y adaptabilidad de los modelos adecuados de educación y que como medida de última ratio (última instancia, esto es, cuando se han agotado por todos los medios posibles el diálogo) podría ser adoptada la disciplina.

Este modelo se ha auto denominado de constructivismo familiar, pero en cambio, sus opositores han señalado que no tiene nada de constructivismo sino por el contrario es mero **"consentivismo"**, que ha dado como resultado una serie de inconformidades, decepciones fatales entre padres e hijos; v.g. hijos que persiguen a sus padres para

obtener su libertad tempranamente, tomar decisiones o para aprovecharse de los bienes de sus progenitores con chantajes emocionales, falta de respeto, etc., incluso en Inglaterra se dio el caso de un asesinato de los hijos a los padres para apropiarse de la fortuna que tenían.

En Estados Unidos se ve a diario los **warning** que dan los jueces a los padres de los menores que han sido denunciados por sus propios hijos por maltrato. El desenlace fatal de este tipo de casos obviamente no es otro que la rotura del núcleo de la familia.

Si los padres no tienen acuerdo respecto a cómo actuar frente a sus hijos, lo más probable es que causen en ellos confusión y desconcierto. Creando la imagen de "padre/madre bueno/a" que no puede ordenar las conductas de sus hijos y "padre/madre malo/a" quien impone disciplina.

En algunos casos incluso algunos niños se vuelven manipuladores y se aprovechan de tales situaciones para imponer su voluntad, creando discordancia entre los adultos. Sumado a esto, existe la competencia entre hermanos.

Las peleas entre hermanos es una de las cuestiones sobre las cuales los padres deben tener bien claro qué decisiones tomar. Es normal que a determinadas edades los hermanos compitan entre sí por el afecto y cariño de los padres. Depende siempre de la edad de los hijos, si son niñas o niños, de la cantidad de hermanos y de los valores inculcados.

Todos los niños desean ser el centro de atención y obtener el amor de sus padres, lo cual puede generar situaciones dramáticas en la vida cotidiana de la familia. Las rivalidades fraternas pueden expresarse en violencia física, psicológica, indiferencia, competencia o sentimientos negativos (Fader y Maslish, 2011).

A la hora de establecer pautas de convivencia, es útil recordar que la relación que establezcan los hermanos desde pequeños puede ser positiva o negativa y ello será responsabilidad de los padres. En este sentido, la psicóloga Anna Rigat (2008) destaca que los padres esperan tener hijos que sean naturalmente solidarios y amistosos entre sí durante toda su vida, el hecho es que, sin una educación apropiada, esto no sucede. De pequeños, la rivalidad fraternal puede expresarse en no compartir algún juguete, pero ya de adultos se observa en franco antagonismo. Este egoísmo infantil o juvenil podría convertirse en la raíz de un grave problema de hermanos, por lo que habrá de enseñarles con amor, paciencia y ejemplos acerca de la inconveniencia del egoísmo y la gravedad del pecado.

La psicóloga afirma que *toda rivalidad tiene su nacimiento en los celos infantiles*, sin embargo, solo los celos no llevan a una situación de enfrentamiento, sino que el mismo se genera por el sentimiento de no recibir suficiente cariño y atención por parte de alguno de los padres “si, teóricamente, el reparto de amor fraterno fuera el mismo para cada uno de los hijos, no debería existir rivalidad fraternal; pero, de hecho, la rivalidad no está en relación con el reparto equitativo. Es a menudo, consecuencia de una impresión que tiene el niño de no recibir suficiente. El hijo mayor siente (objetiva o subjetivamente) que la atención de los padres disminuye y lo asocia con el nuevo hermano, con lo cual este último se convierte en el intruso que el mayor quiere hacer desaparecer” (2008:2). Cuando la rivalidad se manifiesta de pequeños, los padres deben generar las relaciones de cariño y solidaridad que son naturales en los hermanos:

Se reitera que los especialistas aseguran que la conducta incorrecta de los hijos es un tema de razonamiento más que de disciplina. Aquí lo que interesa es que los menores de edad tomen conciencia de los peligros y problemas que los asechan, así como las consecuencias que podría ocasionar la desobediencia de los consejos y recomendaciones.

Se insiste en que aun siendo de corta edad es necesario que razonen; con paciencia y con amor lo lograrás. Como principio de éxito, planificar la constitución familiar es fundamental y pensar el futuro en la relación con el cónyuge y los hijos es de vital importancia para no caer en actos improvisados de consecuencias irreversibles. Debemos arribar a consensos o acuerdos formales, legislar incluso y firmar obligaciones y derechos entre los miembros de las familias (Beckers, Schnettler, Orellana & Hueche, 2021).

Cuando recibes las famosas ‘notitas’ de la maestra de la escuela en contra de tus hijos, a menudo sueles ir a al plantel para hablar con la docente y decirle que es ella la encargada de la educación del niño y que tú, como padre, solo podrás apoyar en casa, pero no asumir el rol de maestra. Esto, visto desde el punto de vista pedagógico, es una falacia y desde el punto de vista de los estudiosos, nos muestra una realidad diferente.

En otras palabras: por un lado tienes a la familia como la primera obligación, por otro lado, en un lugar secundario, está el sistema del Estado a través de una estructura organizacional educativa, que está garantizando la plena vigencia de los derechos y obligaciones del sector más vulnerable de la sociedad, es decir los hijos menores de edad; y, en tercer lugar, tenemos una correlación de fuerzas a través de la sociedad civil organizada, los procesos

de ciudadanización y de participación social, que permiten la permeabilización de intereses comunes y sus relaciones en aras del bienestar social general.

Por otro lado, debes evitar situaciones cotidianas negativas que se originan cuando en forma común los padres juegan con frases tales como: ¿A quién quieres más: a papá o a mamá? Pregúntate: ¿Qué pensarán esos niños? Un niño normal, en un hogar normal, contestará que los quiere igual a los dos, tanto como ellos lo quieren a él. Para evitar tales situaciones comprende que son los padres de familia quienes deben brindar seguridad, cariño y formación integral a los niños. Juntos, la madre y el padre deben ganarse el respeto, afecto y amor de sus hijos.

En aquellas familias en las cuales el padre y la madre trabajan en conjunto y caminan en la misma dirección, su autoridad como padres de familia se manifiesta en forma natural. Entonces se da una familia amorosa, con unos niños que han aprendido lo que sus padres esperan de ellos y viceversa.

Por consiguiente, es necesario educar a los hijos en forma sabia puesto que sentimientos como la tristeza, amargura, odios, culpa o violencia y otras sensaciones negativas ocasionan la mala crianza de los hijos, una de las más grandes contrariedades que ha azotado a las familias a través de los tiempos.

Silva Kindig (1981), escribe: *“Nos quejamos de la falta de tiempo... pero lo que nos falta es disposición para gastarlo bien... En lugar de volver a casa pronto, nos escapamos al despacho o a la cadena de producción para evitar tener que hacer las tareas de casa, ocuparnos de los hijos y enfrentar las demandas de las relaciones familiares... El trabajo nos da adrenalina. Además de dinero y libertad, nos ofrece la satisfacción de algo bien hecho, es un canal para nuestra creatividad, nos facilita amistades fáciles que demandan poco y nos estimula intelectualmente. El trabajo nos mantiene a flote en las finanzas... sin embargo, la realidad es que cuanto menos tiempo pasemos con la familia, más difícil será la vida en el hogar”*

Por ello, la escritora Silva Kindig (1981) recomienda siete cosas para no desperdiciar ni perder los mejores momentos en familia:

1. Recuerda quién debe estar en control. Maneja tu tiempo, no dejes que él lo maneje. Antes de comprometerte con algo, piénsalo bien.
2. Decide lo que es importante; lo urgente pocas veces lo es.
3. Realiza tu programa empezando por las prioridades, luego añade el resto.
4. Saca alguna cosa de tu calendario de actividades.

5. 'Ser' es más importante que 'hacer'.
6. Acepta la perspectiva de cómo estás gastando o malgastando su tiempo.
7. Sé realista con tus limitaciones.
8. Guarda la lista de tus compromisos a mano; así, antes de aceptar algo nuevo, lo pensarás dos veces.

Entre las principales acciones que deben llevar adelante los padres por sus hijos se encuentran:

1. Extrae a tus hijos de los círculos viciosos problemáticos: un hijo cargado de problemas tiene una visión negativa y trágica de la vida que lo lleva a nuevos problemas.
2. Ayúdalos a ver las cosas más claramente: los padres son gestores de soluciones, por lo tanto, bríndales tu ayuda para buscar alternativas.
3. Ofréceles un sueño que los motive: los jóvenes están esperando que alguien les inspire un sueño nuevo.
4. Apóyalos para alcanzar su potencial: enfócate en sus posibilidades y anímalos a superarse. Desafíalos a romper sus propios límites.
5. Transmíteles confianza: un joven lleno de confianza se siente seguro en lo que tenga que hacer, sea enfrentar un examen, participar de una competencia deportiva o integrarse a un nuevo grupo de personas. La confianza los anima a enfrentar nuevos desafíos.

Considera incorporar en tu vida estas inteligentes ideas para integrar la oración en tu vida diaria familiar:

1. Uso de la tecnología: en la actual era digital, nuestra familia ha asimilado el valor de la tecnología; pueden usar el correo electrónico, los mensajes de texto e incluso los sitios de redes sociales
2. Desconexión: busca una zona segura en tu casa y momentos del día en los cuales se desconecten por completo de la televisión, la música, los teléfonos y las computadoras.
3. Escucha y luego actúa: Detente, escucha y esfuerzate por comprender lo que quieren decirte. No te limites, a prometer que vas a hacerlo después.
4. Utilicen los altibajos como trampolín: ¿Por qué no dar un paso más allá en la conversación, utilizando esos altibajos como un trampolín de sentimientos?

La comunicación es un proceso de intercambio de información entre alguien que necesita transmitir algo y otra persona que escucha y comprende. Los seres humanos tenemos la capacidad innata de comunicarnos, aunque no siempre sabemos cómo ejercer esa capacidad.

Es sabido que la mayoría de los problemas en las familias se originan por la falta de amor de los padres

hacia los hijos y de los hijos hacia sus padres (Núñez, Dutra & Helena 2021). Allí surgen: la falta de tiempo, de comunicación, respeto, empatía y de comprensión. Los estudiosos de la materia nos sugieren que los padres no dan tiempo a sus hijos, preocupados por suministrar una mejor vida a sus hijos y por ello deben trabajar a tiempo completo y/o tienen dos trabajos, sin la posibilidad de dedicarles la atención debida. Esta situación se convierte en una dificultad puesto que genera que la comunicación se pierda.

Un problema de falta de comunicación es evidente cuando observamos que los miembros de la familia evitan hablar unos con otros o no han aprendido a escuchar bien lo que otros están tratando de decir a través de sus palabras, expresiones o acciones, lo cual se hace evidente en los problemas que surgen por ello (Rentería, Lledias & Giraldo, 2008, Roigé et al., 2020).

Existen componentes de la falta de comunicación familiar. Poca paciencia o intolerancia causan arrebatos de cólera desde los padres hacia los hijos o de los hijos hacia los padres. Si un niño percibe que no puede comunicarse con sus padres con tranquilidad, su memoria emocional guarda ese recuerdo a medida que crece.

Es normal que el niño no encuentre canales de comunicación adecuados y por lo tanto renuncie al diálogo. En estas circunstancias crecer se vuelve complicado y al convertirse en una persona adulta ese niño que no tuvo formas adecuadas de relacionarse con sus padres volcará en ellos la misma forma de diálogo con la que fue criado. No es sorprendente encontrar jóvenes que toman sus propias decisiones sin consultar con los adultos, ignorándolos pues estos no le brindaron una confianza adecuada.

Otro componente en la débil comunicación en la familia es la falta de tiempo para escuchar, conocer y comprender los procesos que atraviesan los niños a medida que crecen. El contenido de su lenguaje es influenciado por su entorno fuera del hogar, el colegio, la televisión, internet, el club.

Si los padres no poseen el tiempo necesario, no comprenderán los cambios que las influencias externas provocan en sus hijos. Tal falta de conocimiento puede provocar discusiones, incertidumbres, alejamientos.

Particularmente, si tu hijo se encuentra en la etapa adolescente, en la cual es más influenciado y corre el peligro de tener trastornos de conducta. La buena comunicación es esencial para el ser humano, genera lazos de confianza y seguridad. Si esos lazos no pueden formarse dentro

del hogar, es lógico que se generen afuera, con amistades o familiares que tengan empatía con ellos.

La falta de comunicación en el interior de la familia puede manifestarse a través de la 'ley del hielo', lo cual es una muestra de la falta de lazos verdaderos e implica que una persona de la familia ignora a otra, hace cuenta que no existe con acciones como dejar de hablar, ignorar al otro como si no existiera, fingir que no se lo ve o escucha, tomar distancia y no generar un espacio de reconciliación.

Es una forma de castigo emocional y es una actitud cruel y desconsiderada, definida como violencia pasiva. Destruye relaciones y no permite que en la familia se generen los lazos de amor necesarios para ser felices. El objetivo de la 'ley de hielo' es demostrar que la opinión, sentimientos y existencia de la otra persona no valen nada. Puede darse en una pareja o de padres a hijos.

Si se utiliza el ostracismo, las actitudes díscolas u hostiles y/o el silencio para castigar al esposo, esposa o hijos, o para evitar las críticas que se pudieran recibir. Debes saber que la persona más perjudicada eres tú mismo. El daño que quieres causar solo habla de tu falta de madurez emocional y los problemas de comunicación que se generan por ello son muy graves.

Este tipo de indiferencia puede causar ansiedad, tristeza, desconcierto y si los niños aprenden esta forma de enfrentar sus conflictos emocionales es probable que en un futuro reproduzcan la misma actitud con sus parejas o con sus hijos, generando situaciones de estrés y desgase para ambos.

La buena comunicación tiene un valor incalculable para generar lazos de amor y comprensión entre la pareja y con los hijos. Los problemas y discusiones son parte, a veces inevitables, de la conformación de un hogar, y por lo tanto es necesario darles el lugar que se merecen, como oportunidades de mejorar aquellas situaciones que causan tensión y resolver los problemas desde sus causas.

Si tú o algún otro miembro de tu familia recurren a la 'ley de hielo', no permites que los espacios de discusión necesarios se generen y prosperen para escucharse y mejorar la comunicación de toda la familia.

Es inevitable que los hijos comentan sus propios errores; tú puedes estar allí para aconsejarlos y ayudarlos, pero esto no sucederá si ellos no tienen la suficiente confianza para compartir sus pesares. También es importante que los padres sean coherentes entre lo que dicen y lo que hacen. Si censuras las malas palabras que dicen tus hijos, pero las repites a tu esposa, algo no anda bien; tus hijos observarán este comportamiento y perderás respeto como padre.

Se deben tener en cuenta los siguientes 10 puntos orientados a resolver conflictos de comunicación para no caer en peleas innecesarias.

- 1. Tratar el desacuerdo lo antes posible:** confronta los problemas a medida que surjan. Cuanto más tiempo se cueza el conflicto, más grande se hace el problema; el tiempo tiende a agrandar una herida. Es decir, no dejes para mañana lo que puedes solucionar hoy mismo porque quizá para mañana sea tarde.
- 2. Ser concreto:** comunica claramente cuál es el problema. No generalices con palabras como nunca o siempre. Cuando te expresas con vaguedad, se tiende a imaginar cuál es el problema. Prueba algo como "me frustra cuando no sacas la basura los lunes", en lugar de "nunca haces lo que dices que vas a hacer".
- 3. Atacar el problema, no a la persona:** arremeter contra el otro, es contraproducente y no resuelve el conflicto. Tu objetivo es la reconciliación. Explica cual es problema desde tu punto de vista.
- 4. Expresar sentimientos:** utiliza frases en primera persona para explicar tu entendimiento del conflicto: "Me siento herido cuando no eres consecuente"; "Me hace enojar cuando te burlas de mí delante de tu amiga". Evita frases en segunda persona, como: "Eres muy insensible y mandona".
- 5. No desviarse del tema que se quiere tratar:** la mayoría de las personas pueden tratar solamente un problema a la vez. Desgraciadamente, muchas de ellas sacan dos o tres problemas en una discusión, intentando reforzar su argumento. Eso confunde la confrontación y no permite que se genere el entendimiento y la resolución. Es mejor decir: "Heriste mis sentimientos cuando no me incluiste en tu conversación durante la cena con nuestros amigos", en lugar de decir: "Tú nunca me incluyes con nadie, siempre piensas en ti misma".
- 6. Confrontar en privado:** hacerlo en público podría humillar o al menos avergonzar a tu cónyuge o familiar. Eso inmediatamente lo pondrá a la defensiva y te cerrará cualquier deseo de reconciliación.
- 7. Buscar entender el punto de vista de la otra persona:** intenta ponerte en el lugar del otro; este ejercicio puede conducir al entendimiento y la restauración. Este punto debería ser tomado en cuenta muy seriamente en los acuerdos familiares ya que a menudo no ponemos cuidado en lo que pueda estar ocurriéndole al otro.
- 8. Establecer un plan de resolución:** después de que se hayan expresado los puntos de vista y hayan llegado a un entendimiento, hablen de sus necesidades y decidan qué hacer desde allí. A menudo las confrontaciones surgen de este tipo de desacuerdos, por lo que llegar a acuerdos sobre aspectos de carácter

económico, familiar, social, etc., es cada día más imprescindible.

**9. Estar dispuesto a admitirlo cuando se está equivocado:** a veces, un conflicto ocurre porque la conducta de una persona fue inapropiada. Disponte a pedir perdón, tantas veces como sean necesarias. Ese proceso puede ayudar a sanar el daño de su relación.

**10. Hay que recordar que mantener la relación es más importante que ganar la discusión:** ganar una discusión a expensas de perder la relación, es una derrota para los dos. Encontrar una solución que beneficie a ambos hace que todos salgan ganando.

Para tener una familia bien comunicada e informada, que valore la comunicación en su más alto grado y se respeten sus libertades comunicacionales en un ambiente de cordialidad y respeto de unos hacia otros, es tener una comunicación sin tapujos ni hipocresías, que abiertamente dé batalla no solo a las sinrazones, sino que sea el mensaje positivo, estimulador, con propósito.

Además, es necesario conocer los objetivos que se persiguen con la violencia ejercida. Solo así se puede dar cuenta de algunos procedimientos violentos que existen en las sociedades actuales (Espugles, 2010).

Ahora, en forma específica, cuando hablamos de violencia familiar nos referimos al escenario en que ocurre la violencia, es decir, un hogar. Además, hacemos referencia al comportamiento que causa daño y proviene de uno o de varios de los miembros de la familia hacia los demás. Este comportamiento es contrario a la voluntad de quien lo sufre y puede clasificarse en varios tipos diferentes de atropellos.

Debes saber que la violencia intrafamiliar o doméstica es aquel maltrato que sucede puertas adentro de los hogares entre los miembros del grupo familiar. Puede ser violencia física, sexual, psicológica, mental, emocional, económica, es decir que se manifiesta de en variadas formas.

A veces pueden darse varios tipos de violencia en la misma acción: las agresiones familiares pueden ser actos de violencia física y emocional, por ejemplo, cuando un padre se aleja de sus hijos y no se hace responsable de satisfacer sus necesidades de comida, techo y afecto.

Estamos de acuerdo en que la familia es el agrupamiento social más importante; los seres humanos nacen y se convierten en personas al crecer en el seno de una familia. Todos los individuos, en general, tienen un hogar y comparten la vida cotidiana con otras personas.

Los vínculos establecidos entre ellos son reconocidos por otros miembros de la sociedad y por sus instituciones,

por ejemplo, la Iglesia y las leyes de los Estados. En las sociedades actuales, estos vínculos tienen diferentes características y pueden expresarse de varias maneras.

Tristemente, la violencia intrafamiliar ha ido en aumento. Todas las investigaciones que se han realizado tanto en Ecuador como en Latinoamérica y en el resto del mundo han concluido en que los índices de violencia familiar se han incrementado en forma incontrolable.

La Organización No Gubernamental 'Aldeas Infantiles' sostiene que en Ecuador "4 de cada 10 niñas y niños que sufren violencia dentro de sus hogares, viven con padres y/o madres que fueron maltratados en su infancia; el 33% de los niños, niñas y adolescentes entre 5 y 17 años dicen recibir golpes de parte de sus padres y madres cuando no obedecen o comenten una falta; en el Ecuador, 6 de cada 10 mujeres han sido víctimas de violencia ya sea física o psicológica. De las mujeres que han sufrido violencia, en su mayoría ha sido por parte de su pareja o exparejas, casi todas han vivido violencia física y psicológica".

Esto muestra que el nivel de violencia en las familias ecuatorianas es desmedido y expresa una situación social triste para las personas que sufren actos de furia y agresividad en el lugar donde deben sentirse protegidos y protegidas.

La situación en Latinoamérica y el resto del mundo no es diferente y se manifiesta en forma de maltrato, acoso, desvalorización, control, insultos, menosprecio, indiferencia.

Estas situaciones familiares son cotidianas, es decir que suceden todos los días, por eso es importante que, si hoy mismo reconoces en tu familia algún tipo de violencia, si acaso tú sientes el impulso de ser violento, insultar, maltratar, de dominar a tus familiares, ¡no actúes así!, ¡contrólate! No generes ni provoques una situación de enfrentamiento. No olvides que tus hijos copian tus actitudes.

Piensa en las soluciones que tienes a tu alcance, en primer lugar, deberás admitir que has fallado. En segundo lugar, tendrás que identificar en qué momento surgen tus sentimientos de ira.

Tu objetivo debe enfocarse en mantener la calma en todo momento y en no hacer algo o decir cosas que puedan herir a tu familia ni a los que aprecias. Todo parte de una decisión y hasta no empezar será difícil. Ten por seguro que tu vida puede ser diferente si tomas la decisión adecuada.

La unidad familiar es uno de los ingredientes más importantes de la vida, por ello el abandono de hogar es la violencia de mayor crueldad y causa un daño irreparable. No solo se quiebra un hogar, sino que también se

generan huellas psicológicas sobre los hijos e hijas del matrimonio.

Alejarse del hogar significa abandonar las obligaciones legales que se han adquirido, significa no tomar las responsabilidades de padre o madre, de esposo o esposa frente la sociedad, los hijos y el cónyuge. Significa olvidar que los instantes más felices de la vida son los que se pasa en el hogar, compartiendo con la familia.

Desde el punto de vista de las leyes, el abandono del hogar es una de las mayores causas de divorcios. Según datos del Colegio de Abogados de Pichincha, en Ecuador, un 75% se da por deserción del hogar de uno de los cónyuges, mientras que el resto de los divorcios se da por violencia física extrema, adulterio y consumo de drogas.

El abandono de hogar implica graves consecuencias legales, psicológicas y emocionales, tanto es así que los efectos de la ausencia de alguno de los progenitores fueron estudiados desde la ciencia psicológica.

Según el psicoanalista Ariel Alarcón, las personas tienden a reproducir las condiciones en las que crecieron. Es decir que un niño que ha recibido cariño, afecto, amor, comprensión y buenos ejemplos es un futuro adulto que replicará estas mismas acciones. Con seguridad tiene mejores posibilidades de llegar a ser un buen padre o madre que un niño o niña que ha crecido en un hogar abandonado por alguno de sus padres.

### Falta de espacios de recreación sana

La recreación sana es una necesidad y un derecho de todos los integrantes de la familia: jugar, divertirse, reír, tener momentos y lugares de distensión y relajación. Cuando toda la familia comparte momentos felices, se afianzan los lazos de amor, cuidado y respeto.

Sin embargo, en las ciudades actuales es difícil encontrar espacios dedicados para la familia. La contaminación, los riesgos de asaltos, secuestros y accidentes, así como la falta de lugares adecuados, son factores que atentan contra la familia.

En Latinoamérica, el derecho a la recreación y el acceso a actividades artísticas y culturales es reconocido como un derecho fundamental para los niños, las niñas y los adolescentes por la importancia que tiene para desarrollo físico y psicológico, pero también porque a través de los espacios de juego se puede llegar a proteger otros derechos, en otras palabras, si un niño tiene el momento, lugar y espacio para jugar, tiene en muchos casos asegurada una buena familia, buenos padres, comida, casa, educación.

Actualmente hacen falta más de estos espacios naturales o instalaciones recreativas, en especial en las zonas más marginadas de la sociedad. Es importante que existan puesto que aseguran que los niños se relacionen con otros menores de su misma edad y comiencen su etapa de socialización fuera del hogar.

Lamentablemente, además de la falta de espacios adecuados, allí también habitan familias con pocos y escasos recursos. En una sociedad que no brinda opciones sanas de ocio, es lógico que surjan fenómenos como la violencia intrafamiliar, el abandono de hogar, el abuso sexual a menores y diversos problemas que impiden el crecimiento normal de los niños.

El derecho a la recreación debe estar asegurado por los Estados, en particular los municipios, creando y cuidando los espacios verdes de los barrios en las ciudades y proporcionando las oportunidades que los niños y jóvenes necesitan, además de la programación de actividades basadas en valores y normas morales.

Existen numerosas experiencias positivas cuando los gobernantes destinan fondos para el fomento de actividades como bandas musicales, deportes, espacios para pintar, cantar y leer, donde se demuestra cómo esto fortalece la autoestima, la comunicación y distintas maneras de enfrentar los problemas en grupo.

La casa es un taller de aprendizaje constante, por eso cuando quieras incentivar el juego y la diversión en tu hogar, piensa también que como padres puedes transmitir valores como la solidaridad, respeto, colaboración. También considera que es el mejor lugar para que tus hijos y sus abuelos desarrollen una relación maravillosa, llena de amor y respeto.

Sin embargo, padres muy ocupados o desinteresados en esta etapa de desarrollo de sus niños, desaprovechan oportunidades únicas de educación. Cuando tus hijos crezcan, es importante que puedan tener espacios en los cuales, además de relacionarse con otros jóvenes y hacer amigos, puedan practicar un deporte, ocupar su tiempo libre en actividades sanas, en las cuales los padres puedan estar tranquilos por las personas que se relacionan con sus hijos.

Estos espacios, tan escasos actualmente, son tan importantes que merecen que te reúnas con tus vecinos o con otros padres y puedan organizarse para cuidarlos o gestionar su construcción; también pueden ser los lugares de reunión para jóvenes que provienen de las congregaciones, así como los espacios verdes que se puedan tener en el barrio.

## CONCLUSIONES

La mayor dificultad que enfrentan los adolescentes en la actualidad está en que se les impide el desarrollo de sus capacidades: ejerciendo influencia negativa, dificultando por tanto la expresión del joven. La resiliencia se presenta entonces como la cualidad que “protege” en cierta forma al o la adolescente. La falta de resiliencia con los cambios físicos, psíquicos, sociales, tecnológicos, produce alteración de la personalidad y dificultad en la interrelación con los adultos. Esta etapa se la define como crítica o caótica. La adolescencia busca incorporarse en la edad adulta y culminar integrado en forma plena a la sociedad.

Es común que existan familias con problemas afectivos, los cuales provienen de la incapacidad para resolver los conflictos y desacuerdos. Esto generalmente sucede porque los miembros de la familia evitan admitir que los problemas existen, impidiendo el examen de las dificultades. Esta actitud ayuda a que los conflictos se perpetúen y ello provoca un cotidiano disgusto, descontento y fastidio, generando un sentimiento de incomodidad que impide enfrenar el problema. Entre los más afectados se encuentran los niños ya que ellos son sensibles a este patrón de conducta y lo aprenden de sus padres.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Beckers, E., Schnettler, B., Orellana, L., & Hueche, C. (2021). Tipologías de hogares con dos ingresos e hijos adolescentes según su satisfacción con la alimentación. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 53, 10-19.
- Faber, A. & Mazlish, E. (1985). *Pais liberados, filios liberados*. Ibrasa.
- Gómez Leal, R., Megías Robles, M., Sánchez-López, M. T. & Fernández Berroca, P., (2021). Psychopathic Traits and Ability Emotional Intelligence in Incarcerated Males, 13(2), 79 – 86.
- Silvia Kindig, E. (1981). Donde el idioma extranjero es básico: La historia de Akron. *La educación de hoy*, 70(2), 64-65.
- Núñez Rodríguez, S., Dutra Thomé, L. & Helena Koller, S. (2021). *What do you really want? Change in goals and life satisfaction during Emerging Adulthood in Brazil*. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 53, 30-36.
- Rentería Pérez, E., Lledias Tielbe, E., & Giraldo, A. L. (2008). Convivencia familiar: una lectura aproximativa desde elementos de la Psicología Social. *Diversitas: perspectivas en psicología*, 4(2), 427-441.
- Rigat, A. (2008). Rivalidad fraternal. Síntomas y escala para valorarlos. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 4(1), 83-89.
- Roigé Castellví, J., Morales Hidalgo, P., Voltas, N., Hernández Martínez, C., Vigil Colet, A. & Canals, J. (2020). *Predictive value of Child Behavior Checklist/6-18, Youth Self-Report and Conners ADHD Index for ADHD in school-aged children*. *Psicología Conductual*, 28(1), 19-34.