

Relaciones Interpersonales en Familias con Adolescentes: Un análisis cualitativo desde la cohesión, flexibilidad y la comunicación

Interpersonal Relationships in Families with Adolescents: A Qualitative Analysis of Cohesion, Flexibility, and Communication

Relações Interpessoais em Famílias com Adolescentes: Uma análise qualitativa a partir da coesão, flexibilidade e comunicação

Josué David García-Herrera

Investigador independiente

San José, Costa Rica

josuegarciaah@gmail.com

 <https://orcid.org/0009-0001-9371-7988>

RECIBIDO: 17 de abril de 2026 / ACEPTADO: 3 de junio de 2026

Resumen

Objetivo: Examinar la convivencia que se presenta en las familias a partir de las relaciones interpersonales de quienes forman parte de este sistema. **Metodología:** Se realizó una investigación con enfoque cualitativo y un diseño fenomenológico. Los participantes son tres familias con hijos e hijas en etapa adolescente, de las cuales todos fueron partícipes de las distintas estrategias aplicadas. Las dimensiones indagadas son la cohesión, flexibilidad y la comunicación. Se implementó las estrategias de observación, un rompecabezas, una entrevista semiestructurada y el juego de vaso terapia. **Resultados:** Considerar el contexto y la realidad de las familias, que, a pesar de tener similitudes entre algunas de ellas, el trabajo individualizado por sistema y subsistemas favorece las relaciones interpersonales entre sus miembros, desarrollando un beneficio a nivel individual y por ende familiar. El tiempo es un elemento fundamental para contribuir en el bienestar y conexiones entre las personas. Los límites, las reglas y la autoridad son necesario para forman la personalidad de los adolescentes, pero desde un enfoque flexible. Se refleja la necesidad de promover las habilidades de escuchar y de hablar en las personas, de forma también la comunicación se puede mejorar en los sistemas familiares. **Conclusiones:** La necesidad de trabajar tanto a nivel de sistema, como en los subsistemas las habilidades de escucha y del habla en las personas para mejorar el desarrollo, los vínculos, el bienestar y la autonomía. La buena comunicación entre los miembros de la familia, promueven un mejor desarrollo del sistema en que forman parte.

Palabras clave: convivencia familiar; relaciones interpersonales, adolescencia, comunicación.

Abstract

Objective: To examine family dynamics and coexistence based on the interpersonal relationships of those within the family system. **Methodology:** A qualitative study was conducted using a phenomenological design. Participants included three families with adolescent children, all of whom actively participated in the various research strategies. The dimensions investigated were cohesion, flexibility, and communication. Data collection strategies included observation, a puzzle activity, a semi-structured interview, and a «cup therapy» game (*vaso terapia*). **Results:** The findings highlight the importance of considering each family's unique context and reality. Despite similarities among some families, individualized intervention tailored to the system and its subsystems enhances interpersonal relationships among members, benefiting both the individual and the family as a whole. Time emerged as a fundamental element for fostering well-being and connection among individuals. Boundaries, rules, and authority are necessary for shaping adolescent personality, provided they are implemented through a flexible approach. Additionally, the results reflect a clear need to promote active listening and speaking skills to improve overall communication within family systems. **Conclusions:** There is a critical need to work on listening and speaking skills at both the systemic and subsystem levels to enhance development, bonding, well-being, and autonomy. Effective communication among family members fosters healthier development within the system to which they belong.

Keywords: family dynamics; interpersonal relationships; adolescence; communication.

Resumo

Objetivo: Examinar a convivência familiar a partir das relações interpessoais daqueles que integram esse sistema. **Metodologia:** Realizou-se uma pesquisa com abordagem qualitativa e delineamento fenomenológico. Os participantes foram três famílias com filhos em fase adolescente, nas quais todos os membros participaram das diferentes estratégias aplicadas. As dimensões investigadas foram coesão, flexibilidade e comunicação. Foram implementadas as estratégias de observação, dinâmica de quebra-cabeça, entrevista semiestruturada e o jogo da “terapia do copo” (*vaso terapia*). **Resultados:** Destaca-se a importância de considerar o contexto e a realidade das famílias; apesar das semelhanças entre algumas delas, o trabalho individualizado por sistema e subsistemas favorece as relações interpessoais entre seus membros, gerando benefícios em nível individual e, conseqüentemente, familiar. O tempo emergiu como um elemento fundamental para contribuir com o bem-estar e as conexões entre as pessoas. Limites, regras e autoridade são necessários para moldar a personalidade dos adolescentes, desde que adotados sob uma abordagem flexível. Evidenciou-se a necessidade de promover as habilidades de escuta e de fala nos indivíduos, como forma de aprimorar a comunicação nos sistemas familiares. **Conclusões:** Aponta-se a necessidade de trabalhar, tanto no nível do sistema quanto nos subsistemas, as habilidades de escuta e de fala das pessoas para melhorar o desenvolvimento, os vínculos, o bem-estar e a autonomia. A boa comunicação entre os membros da família promove um melhor desenvolvimento do sistema do qual fazem parte.

Palavras-chave: convivência familiar; relações interpessoais; adolescência; comunicação.

Introducción

Para comprender mejor la relevancia del presente artículo, es necesario iniciar por el concepto de convivencia familiar, que según García Herrera (2024) se puede entender como la vida compartida, como la relación humana que surge a través de las relaciones entre las personas que cohabitan y construida por la vivencia cotidiana entre las personas que la conforman. La convivencia familiar se caracteriza por la responsabilidad colectiva, el respeto y el reconocimiento del otro, de forma que se aprende a reconocer la diversidad de la identidad y las capacidades de los demás. La convivencia implica aprender a vivir con otra persona, de una forma pacífica para ambas, considerando la dinámica interpersonal en cada una de ellas.

Considerando el concepto anterior, es necesario agregar que la Orientación es una disciplina que da un acompañamiento a las personas para la toma de decisiones, desarrollando herramientas de afrontamiento

para la construcción del proyecto de vida en cada individuo. Por ende, parte de acercarse a una realidad familiar, permite el trabajo preventivo para el desarrollo de vínculos en las personas. Aunado a ello, la Orientación en el área familiar es un servicio de ayuda, con el propósito de estimular la mejora personal de quienes integran la familia, así como para mejorar la sociedad en y desde las familias (Fernández Otero, 1984).

También es importante señalar que la Orientación Familiar es el acompañamiento que se brinda a la familia en su dinámica de funcionamiento, en las cadenas conductuales, en las relaciones entre sus miembros, con el propósito de estimular el bienestar personal de quienes integran la familia, así como de la familia en conjunto.

Por otra parte, se considera el concepto de relaciones interpersonales, el cual se puede entender según Sullivan (1953) como patrones frecuentes en interacciones que influyen en el desarrollo de la personalidad de una persona. Añadiendo al concepto, Rogers (1961) señala que estas relaciones deben caracterizarse por la empatía, la autenticidad y la aceptación para beneficio del desarrollo holístico de la persona.

Tomando en cuenta el presente escrito, que se basa en un enfoque sistémico, se debe iniciar por la influencia de la Teoría General de Sistemas, la cual busca explicar la organización de un determinado conjunto, sus conexiones, relaciones y vínculos. Busca analizar la interacción de las partes de un sistema para comprender el mismo de una forma holística.

El modelo sistémico permite, observar cómo cada grupo familiar se inserta dentro de una red social más amplia, y desde esta despliega su energía para alcanzar su propia autonomía, como un todo. Pero a la vez permite analizar “cómo cada microsistema permite integrar la energía de los demás miembros del sistema, bien sean, estos individuos, bien sean subsistemas” (Espinal y otros, 2006, p.3).

Es por ello, que en el presente artículo comprende a la familia como sistema, la cual está nutrida por la Teoría General de Sistema. Para Villalobos Cordero y otros (2023) “un sistema es un ente que está conformado por partes pero que funciona como un todo” (p.45) Este enfoque, comprende que la familia es una entidad conformada por partes y cada parte es fundamental para el buen funcionamiento de la entidad en totalidad.

Este modelo considera a la familia como un organismo en crecimiento y desarrollo, rodeado de otros sistemas que interactúan con él, los cuales influyen, impactan y modifican. En esta idea de sistema, la familia atraviesa un ciclo evolutivo con etapas diferentes que dan lugar a crisis, amplificaciones y reajustes de la estructura del sistema familiar. El modelo sistémico hace hincapié en lo que ocurre en cada etapa de dicho ciclo de la familia y en lo que sucede entre una y otra. (Brik y Melamed, 2019, p.27)

Las familias participantes de la investigación se encuentran en un ciclo vital determinado por su composición. El ciclo vital es un conjunto de características en las que se encuentran las familias, es decir, son transiciones por las cuales una familia se ve inmersa en un momento determinado. Por lo tanto, los participantes son familias, que, en su composición están presentes hijos o hijas en la etapa adolescente, en las cuales, la pareja marital se replantea la relación porque los hijos aumentan su autonomía e incrementan las actividades fuera del hogar, también la pareja marital trata de desarrollar relaciones más simétricas y permitir la autonomía en la toma de decisiones por parte de sus hijos (Valdés Cuervo, 2007).

Comprender la familia como un sistema contribuye según Espinal y otros (2006) en: “El proceso de desarrollo del ser humano, al igual que ocurre en cualquier otro organismo vivo, se enmarca en una serie de sistemas relacionados unos con otros, que son distintos escenarios de interacción con el ambiente” (p. 2).

Por consiguiente, las relaciones interpersonales que se presentan en la familia, según Bustamante Rodríguez y Anticona Jícaro (2018), son los vínculos que se desarrollan entre las personas y que permiten

intercambiar puntos de vista, dar a conocer las distintas formas de vivir la vida, necesidades, expectativas, sentimientos, inicio de oportunidades, fuente de aprendizaje y vía de enriquecimiento personal.

Según Méndez Cruz (2005), las relaciones interpersonales son un aspecto vital y de primera importancia para la vida humana, ya que en ellas los sujetos encuentran la satisfacción de sus necesidades y el desarrollo de sus potencialidades. Los seres humanos aprenden habilidades sociales y comunicativas de sus padres como primer modelo de relaciones interpersonales y de la vida social futura en cualquier ámbito: familiar, social o laboral (Lera, 2003, citado en Revilla Apac, 2017).

Considerando el sistema circumplejo de Olson, suministra parte importante para el sustento de la presente investigación, la cual se fundamenta en la cohesión, la adaptabilidad y la comunicación. El modelo fue desarrollado por Olson y otros (1989) como propuesta de complementar o integrar tanto la investigación teórica como la práctica, en la cual crearon un instrumento de investigación, denominada escala (FACES III) destinada a evaluar la percepción del funcionamiento familiar en dos parámetros: la adaptabilidad y la cohesión familiar.

Cabe señalar que el modelo circumplejo de Olson ha sido ampliamente utilizado en estudios (All in the family: An exploration of family functioning in travel ice hockey, Understanding family dynamics in a cross-cultural sample, The circumplex model and the millennial family system, Funcionamiento familiar real e ideal según el modelo Circumplejo de Olson) con enfoque cuantitativo, pero se considera que sus dimensiones —cohesión, flexibilidad y comunicación— pueden ser empleadas como categorías analíticas en investigaciones de enfoque cualitativo, en la medida en que permiten examinar las relacionales dentro de un sistema familiar. A modo que, se realizaron adaptaciones para ajustar su uso al enfoque cualitativo para enriquecer y personalizar las respuestas de las personas participantes.

La cohesión familiar se define como el vínculo emocional que los miembros de la familia tienen entre sí. Algunas variables específicas que se pueden utilizar para diagnosticar y medir la cohesión familiar son: vínculo afectivo, límites, coaliciones, tiempo, espacio, toma de decisiones, intereses y recreación. El enfoque de la cohesión es cómo los sistemas equilibran su separación frente a su unión (Olson, 2000).

La adaptabilidad familiar es la cantidad de cambios, en su liderazgo, relaciones de roles y reglas de relación. Los conceptos específicos incluyen: liderazgo (control y disciplina), estilos de negociación, relaciones de rol y reglas de relación. El enfoque de la flexibilidad está en cómo los sistemas equilibran la estabilidad frente al cambio (Olson, 2000).

La comunicación es un elemento facilitador, se considera necesaria para lograr una funcionalidad en un sistema familiar y por ende es el mediador entre la cohesión y la adaptabilidad (Olson, 2000). También para Salas mencionado por Alfonso Hernández y otros (2017) comenta que: “La comunicación es interacción personal en la que se intercambia información con otras personas, siempre y cuando haya entre ellas un conjunto de precondiciones, conocimientos y reglas que la hacen posible” (p.342).

La comunicación es fundamental en el desarrollo de una persona y, por consiguiente, en el funcionamiento de una familia. A pesar de que la comunicación va en dos líneas (emisor y receptor), se deben conocer ambas para poder mejorar y desarrollar canales de comunicación caracterizados por el respeto, asertividad y la escucha activa. Para Watzlawicky otros (1967) las relaciones interpersonales se construyen gracias a los procesos de comunicación entre las personas.

Antecedentes

La investigación a nivel familiar es relevante para comprender una sociedad en constante evolución y desarrollo. Este tipo de estudios permiten conocer las creencias, relaciones vinculantes, comunicación y el afecto que se puede presentar a lo interno de cada familia, de forma que, se pueda promover acompañamiento individual y grupal en las familias.

En la adolescencia, las familias contribuyen a la vinculación afectiva, de modo que acercarse a la realidad que viven estos sistemas, permite conocer cómo se desarrollan las relaciones personales, los vínculos y las conexiones con otras personas.

Este agente socializador no solo aporta características relevantes, sino que a lo interno debe existir un equilibrio entre la separación y la unión entre sus miembros, de esta forma, se desarrollan fuertes relaciones entre madres-padres con hijas-hijos; siendo así también la comunicación promotora de un idóneo funcionamiento familiar (Wright, 2021). También es necesario evaluar los factores culturales como las actitudes, normas, creencias, entre otras que pueden ser relevantes para una familia (Moussa Rogers, 2021).

La familia está presente en distintas etapas de una persona, la cual aporta diversos elementos que son necesarios para vincularse con otras. En la adolescencia, en palabras de Barboza Arguedas (2021) “la familia se encuentra en una posición prioritaria en esta etapa, ya que se pudo evidenciar que esta le aporta seguridad, apoyo y acompañamiento a dicha población” (p.104).

También para Cecilia y Emma (2025) mencionan que “La comunicación y la disciplina como dimensiones centrales del desarrollo psicosocial: Estilos comunicativos congruentes, normas claras y límites dialogados constituyen pilares para la construcción de relaciones familiares saludables y para la prevención de conflictos o conductas de riesgo” (p.179).

La literatura muestra que “el involucramiento de la familia, en actividades escolares ha demostrado ser un factor clave para mejorar la convivencia, ya que fortalece el ambiente de apoyo y colaboración entre la comunidad escolar” (Bermúdez-Farías y Andino-Espinoza, 2024, p.235).

En esta línea, la responsabilidad de las familias en su involucramiento y como constructor de una sociedad, son indispensables en el desarrollo integral de cada miembro. Venegas Contreras (2023) indica que la familia “es la base de la sociedad y, por ende, la institución necesaria para el desarrollo de las personas y en particular de las niñas, niños y adolescentes en atención a su bienestar integral y desarrollo humano” (p.25).

De forma que, la responsabilidad en tema familiar no recae únicamente en las familias, sino en diversas profesiones que pueden contribuir a un mejor acompañamiento y guía para los sistemas. Álvarez de Sotomayor y Muñoz Carril (2021) concuerdan en que “Tanto el profesorado como los profesionales de la salud insisten en la idea de que es imprescindible favorecer procesos formativos que incluyan a las familias” (p.129). También los mismos autores aportan: “Una posible línea de formación consistiría en potenciar la reflexión de los jóvenes acerca del impacto de sus redes para contribuir a la mejora de la convivencia familiar”.

Según un estudio realizado en Colombia, Antioquia por Galeano, García y Barcenás (2023) indican que “los adolescentes que manifiestan experiencias de comunicación parental desde la inflexibilidad presentan conductas internas de depresión, ansiedad e inseguridad” (p.140). Este hallazgo muestra la necesidad de trabajar en conjunto con las familias y la relevancia que demuestra la comunicación de los padres con sus familias.

En apoyo a lo anterior, Hernández-Bello y otros (2020) mencionado por Zambrano-Moreira y

Mayo-Parra (2022) que la ideación e intento de suicidio en adolescentes tienen como factores asociados, entre otros, las malas relaciones con los padres y el maltrato físico y psicológico (p.18).

De tal modo, como sociedad es pertinente contribuir con el desarrollo de una mejor convivencia, con relaciones interpersonales, sanas, respetuosas y empáticas. Desde la Orientación también recae la responsabilidad de poder contribuir a mejorar los vínculos entre las personas, trabajando con las familias de forma preventiva.

Por lo tanto, el objetivo general del presente artículo es analizar la convivencia familiar partiendo de las relaciones interpersonales en tres familias compuestas por al menos una persona adolescente. Los objetivos específicos son los siguientes: a) Describir la cohesión del sistema familiar a partir del tiempo, espacio, límites y toma de decisiones. b) Explorar la adaptabilidad a partir de los estilos de negociación y relaciones de rol en el sistema familiar. c) Identificar la comunicación a partir de las habilidades de escucha y las habilidades de habla en el sistema familiar.

Este artículo deriva del Trabajo Final de Graduación titulado: “La convivencia en el sistema de familia con descendencia adolescente: un análisis en las relaciones interpersonales en tres familias de la zona de La Unión” para optar por el grado de Licenciatura en Orientación en la Universidad Nacional de Costa Rica.

Método

En el presente apartado se describe la metodología aplicada para la elaboración del artículo, la cual se construye a partir de un enfoque y un diseño. Por otra parte, se señala la población participante para la investigación, los criterios de selección y las características de la idoneidad de las personas participantes.

Enfoque y diseño

La metodología empleada en el presente artículo está compuesta por el enfoque cualitativo que se caracteriza por buscar el entendimiento de características de un fenómeno, este fenómeno es la convivencia, buscando la aproximación al objeto de estudio para describirla de la mejor manera (Müller de Cabrera, 2019). Este enfoque permite el entendimiento de la convivencia a partir de las experiencias que las familias han podido vivenciar.

También este enfoque permite interpretar con profundidad y detalle lo que está sucediendo con el objeto de estudio que parte de la realidad, pero que dicha interpretación se hace de manera integral, el sujeto investigador hace parte del fenómeno u objeto que está estudiando (Cerdeña Gutiérrez, 2011).

La presente investigación busca comprender la convivencia a partir de la realidad del sistema familiar; es por ello que, como menciona Müller de Cabrera (2019), “la fortaleza de la investigación cualitativa radica en la calidad de aproximación que permite entenderlo con la mayor profundidad posible” (p.56).

Por otra parte, el diseño empleado en el presente artículo es el diseño fenomenológico, el cual permite la exploración de la conducta humana a partir de la conceptualización de experiencias vividas para explicar una situación específica, en este caso la convivencia familiar desde la experiencia de los integrantes de una familia.

La fenomenología parte del mundo conocido y de las experiencias de las personas en una determinada situación (Correa y otros, 2013) y a partir del mundo conocido se busca estudiar las experiencias tal como se presentan y la manera en que se vive por las propias personas (Castillo Sanguino, 2020).

Las características anteriormente mencionadas, permiten partir de las experiencias de las personas, su propia vivencia, su conceptualización, su mundo, su realidad, que cada uno de los adolescentes, padres y madres pueden aportar, de forma que, brinden información desde su contexto y realidad. Partiendo de esto, la información que pueden mostrar es veraz y verdadera para nutrir la investigación y contribuir con conocimientos acerca del tema.

Para Gurdián-Fernández (2007) el método fenomenológico muestra: “(...) las realidades cuya naturaleza y estructura sólo pueden ser captadas desde el marco de referencia interno de quien las vive y experimenta(...)” (p.150). Es por ello, que la aplicación de este enfoque favorece el análisis en las relaciones interpersonales en el sistema familiar.

Población y muestra

Las familias participantes en la investigación son tres sistemas familiares, las cuales son seleccionadas por el investigador, no solo por las personas que la forman, especialmente por estar conformadas con padres, madres e hijas(os) en etapa adolescente, sino por el tamaño del sistema familiar y su composición (Hammersley y Atkinson, 1994). Esta selección está ligada a la accesibilidad de los sistemas, disponibilidad, propósitos de la investigación, la capacidad operativa para el análisis, así como el tratamiento y comprensión de la información. También la selección se define de forma deliberada y con un propósito en específico (Punch, 1998). Cada elemento mencionado está bajo el estricto juicio personal del investigador (Namakkforoosh, 2000).

Los sistemas familiares que formaron parte de esta investigación, participaron en su totalidad y estuvieron compuestos de la siguiente manera: El sistema familiar #1 participó el padre, la madre y la persona adolescente masculina. En el sistema familiar #2 colaboró el padre, la madre y la persona adolescente masculina. Con relación al sistema familiar #3 estuvo compuesto por el padre, la madre y dos personas adolescentes femeninas.

Se escogió trabajar con únicamente tres sistemas familiares porque el acceso a la población fue compleja, lograr que todos los miembros en cada familia estuviesen al mismo tiempo, provoca posposiciones en fechas para la aplicación de las técnicas e instrumentos. De igual forma, por parte de algunas familias que se consideraron para participar del estudio mostraron una negativa a la participación por temas del análisis de sus sistemas, les generaba inconformidad. Por último, el poder trabajar con tres familias se consideró oportuno para mejor tratamiento de la información, de forma más práctica, eficiente y rápida.

Se debe resaltar que los participantes son familias voluntarias. El investigador previamente a la aplicación de los instrumentos, realizó una invitación para ser parte de la investigación, de forma que se les indicó la temática de la investigación y rol como sistemas familiares. También es necesario destacar que algunos criterios para la selección de estas personas son: padres de familia deben estar casados, vivir juntos y tener mínimo una hija o hijo en la etapa de adolescencia. Resaltar que las familias que han sido tomadas en cuenta tienen más de 5 años de casados y son vecinos de Cartago.

Variables o categorías del estudio

En la tabla 1 se resume los conceptos a investigar a partir de la información que se desea interpretar y la información que los participantes pueden aportar. También muestra las temáticas que se indagan en cada sistema familiar.

Tabla 1*Temas a Explorar*

Objeto de estudio	Objetivos Específicos	Dimensiones	Definición de Dimensión	Unidades Temáticas
Relaciones interpersonales en el sistema familiar	Describir la cohesión del sistema familiar a partir del tiempo, espacio, límites y toma de decisiones.	Cohesión	Se define como el vínculo emocional que los miembros de la familia tienen entre sí.	•Tiempo •Espacio •Límites •Toma de decisiones
	Explorar la adaptabilidad a partir de los estilos de negociación y relaciones de rol en el sistema familiar.	Flexibilidad	Es la cantidad de cambio en su liderazgo, relaciones de roles y reglas de relación.	•Estilos de negociación •Relaciones de rol
	Identificar la comunicación a partir de las habilidades de escucha y las habilidades de habla en el sistema familiar.	Comunicación	Se considera una dimensión facilitadora entre la cohesión y flexibilidad. Se mide enfocándose en la familia como grupo con respecto a sus habilidades para escuchar, habilidades para hablar, autorrevelación, claridad, seguimiento continuo, respeto y consideración.	•Habilidades de escucha •Habilidades de hablar

Nota. Elaboración propia

Técnicas e instrumentos de recolección de la información

Para la generación de información se aplicaron tres técnicas para conocer acerca de las relaciones interpersonales en los sistemas familiares. Cabe resaltar que se entiende cómo técnica, un conjunto de medios utilizados para adquirir y elaborar conocimiento (Álvarez-Gayou Jurgenson, 2009).

Observación

La presente técnica permite observar y presenciar el comportamiento de las personas que conforman las relaciones en la familia, esto en complemento con otras técnicas aplicadas. La observación permite la obtención de impresiones del mundo por medio de las facultades humanas (Adler y Adler, 1994).

También permite percibir distintos comportamientos por parte de cada uno de los miembros de cada familia. Desde la realidad de cada sistema en diversos espacios, como lo son la conversación, el juego, la representación y el trabajo en equipo (presente en un rompecabezas) se facilita el registro de situaciones, actitudes y dinámicas en distintos entornos.

Esta técnica estuvo presente en todo acercamiento con los tres sistemas familiares, de forma que permitió conocer el desarrollo y dinámica de los integrantes en su convivencia (Müller de Cabrera, 2019). Esto quiere decir, que no se realiza una sesión de observación específicamente, sino que se integra la observación en las diversas estrategias para la obtención de información.

La presente técnica cuenta con una guía, la cual permite contar con lineamientos y un proceso sistémico que faciliten la comprensión y orientación de la información brindada por las personas participantes. También en la aplicación, se pueden considerar elementos que sean visibles durante la aplicación de otros instrumentos y técnicas determinadas.

La guía se elaboró con base en la tabla 1, la cual muestra las temáticas a explorar, por lo tanto, se partió de esa estructura. No se contó con revisiones específicas, únicamente se tuvo los aportes de las personas lectoras y la profesora tutora del trabajo final de graduación.

Como parte del instrumento de observación se utiliza el apoyo de un rompecabezas, esto para que cada sistema familiar pueda armar el mismo. A través de esta técnica, se permite observar el actuar de la familia, los roles o papeles que puede desempeñar cada miembro, la comunicación, así como los espacios, límites, habilidades, entre otros elementos que pueden ser aplicados en el ejercicio y desarrollo, de armar un rompecabezas. En el anexo 1 se comparte la guía utilizada en el técnica antes mencionado.

Entrevista Semiestructurada

La presente técnica consiste en un diálogo dirigido por distintas preguntas, entre las personas participantes y el investigador. Esta aplicación tiene la particularidad de ser flexible, es decir, se pueden modificar, añadir o eliminar las preguntas que se consideren necesarias para una mejor recolección de la información.

Con esta técnica la información aportada por las personas participantes aproxima al investigador a comprender la convivencia familiar (Müller de Cabrera, 2019). Aunado a ello Álvarez-Gayou Jurgenson (2009) afirma que “la entrevista busca entender el mundo desde la perspectiva del entrevistado, y desmenuzar los significados de sus experiencias” (p.109).

Es por ello, que la entrevista es un mecanismo necesario, ya que contribuye con la aproximación a la realidad del sistema familiar, también permite el acercamiento a las personas generando confianza y un punto de partida para una mayor profundidad e información que reflejen los aportes de las relaciones interpersonales. La entrevista es flexible; se estableció preguntas, pero en la aplicación se puede ajustar, agregar o eliminar preguntas, esto depende del desarrollo de la entrevista, de la confianza generada con el sistema familiar y la apertura que haya por parte de ella.

Se utilizó la presente técnica como instrumento de recolección de información, apoyada en una guía de entrevista como instrumento, la cual permite contar con lineamientos que faciliten la comprensión y orientación de la información brindada por las personas participantes. Esta guía parte de generalidades de información de la familia, la estructura por las dimensiones y las unidades temáticas. La misma, no contó con revisiones específicas, únicamente se tuvo los aportes de las personas lectoras y la profesora tutora del trabajo final de graduación. En el anexo 2 se comparte la guía utilizada en la técnica antes mencionado.

Vaso terapia

La presente estrategia consiste en un juego de 52 cartas, en las cuales, cada carta contiene una pregunta para tener una mejor conversación y estrechar vínculos entre las personas. La pregunta que se indica pretende guiar una conversación profunda entre las personas que juegan está determinada estrategia.

También esta conversación, gracias a las preguntas, invita a profundizar en emociones, reflexiones, opiniones, relaciones y otras experiencias en la vida de las personas participantes. Para la investigación se utilizó dos ediciones del juego de cartas, una de edición clásica, que consiste en preguntas personales, como gustos, aprendizajes y preguntas imaginarias.

La otra edición de “antiguas, actuales y posibles historias de amor”, que consiste en preguntas más relacionadas a la pareja. Lo importante de esta técnica es generar confianza entre el sistema familiar y el investigador, conocer a los sistemas y observar el desenvolvimiento de las personas, durante las preguntas y las respuestas entre ellas.

Es necesario señalar que todas las técnicas anteriormente mencionadas se complementaron con notas de campo, lo cual consiste en apuntes realizados por la persona investigadora acerca de circunstancias que aportan a la investigación, situaciones llamativas para la misma, entre otras. Es necesario tener por escrito la mayor información que los participantes han podido indicar (Álvarez-Gayou Jurgenson, 2009).

Las tres técnicas antes mencionadas se aplicaron en conjunto, pero a cada familia por separado. A la familia #1 se le aplicó el día 01 de diciembre del 2023, a la familia #2 se le aplicó el 01 de enero del 2024 y a la última familia se le aplicó el 07 de enero del 2024. En cada familia, se encontraban presentes todos los integrantes de cada sistema, cuando se aplicaron las técnicas respectivas. El rol del investigador fue de moderador y guía de todas las técnicas.

Técnicas o procedimientos de análisis de la información

Se señala que las técnicas utilizadas (observación, entrevista y vaso terapia) fueron complementadas por instrumentos como la guía de observación, la guía del proceso de entrevista, el rompecabezas y las notas de campo, para facilitar la comprensión, así como la visibilización de las respuestas, comportamientos e información que brinda cada sistema familiar.

Según Gurdíán-Fernández (2007) mencionado por Müller de Cabrera (2019) la información generada puede tener un tratamiento en tres formas: a) narrativas de información detallada y profunda, transparencia en lo expresado por las personas participantes, captación de lo ocurrido, así como la referencia de las personas, b) utilización de matrices para organización de información y c) generación veraz de información.

Partiendo de la cita anterior, se trató la información con las tres formas anteriormente mencionadas, narrativas, matrices basadas en la tabla 1, apoyada por Microsoft Excel y la generación de la información. También se procedió a la grabación de audio para la transcripción de la información aportada por las personas participantes para facilitar el respaldo, soporte, transparencia y la relación lógica de la información.

Se resalta que la información aportada por las personas participantes, parten de las percepciones, sentimientos y acciones de los integrantes de los sistemas familiares; esta información se focaliza en descubrir la realidad de cada miembro (Gurdíán-Fernández, 2007).

Principios éticos

Con relación a las consideraciones éticas que brindan una guía al presente artículo, se toman en cuenta la credibilidad, confirmabilidad, confidencialidad y el respeto a las personas. La información que las personas participantes han proporcionado para la investigación se entrelaza en las distintas aplicaciones de las técnicas e instrumentos.

También gracias a la diversidad de las técnicas aplicadas, se muestra la credibilidad y la confirmabilidad de la información en la que se puede contrastar las respuestas y aportes de cada persona. De tal forma, la cercanía que se generó por medio de las técnicas brinda una información mayormente sincera, transparente y neutral.

El Colegio de Profesionales en Orientación (2012) menciona que “tiene la obligación de informar a quienes orienta sobre las limitaciones de la confidencialidad, y deberá tomar las precauciones necesarias para protegerla” (p.8). Por lo anterior, se brindó a las personas participantes, un consentimiento informado (anexo 3) para ser parte del proceso y se les brindó la explicación de los propósitos a alcanzar.

Para la Comisión Nacional para la Protección de Sujetos Humanos de Investigación Biomédica y de Comportamiento (1979), el Informe Belmont menciona la importancia de que las personas sean tratadas como agentes autónomos y estas personas tienen derecho a ser protegidos, lo cual, permite la deliberación de opiniones y metas de las personas participantes. El respeto a las personas exige que los sujetos participen en la investigación voluntariamente y con información adecuada (p.4).

Resultados

Para una correcta interpretación de los resultados, es necesario mencionar que se aplicaron tres técnicas de investigación, las cuales, se resumen de la siguiente forma:

Técnica	Instrumento
Observación	• Rompecabezas • Notas de Campo • Guía de Observación
Entrevista Semi Estructurada	• Guía de preguntas • Notas de Campo
Vaso Terapia	• Notas de Campo

Nota. Elaboración propia

De forma tal que, cada una de ellas, contribuyó al conocimiento, al desarrollo y obtención de la información que se brinda a continuación. También es necesario mencionar que, para la entrevista, estuvieron presentes los miembros de cada sistema familiar. Lo aportado por cada uno se clasifica de la siguiente manera:

Sistema Familia #1		Sistema Familiar #2		Sistema Familiar #3	
Familia F.1	Madre M.1	Familia F.2	Madre M.2	Familia F.3	Madre M.3
	Padre P.1		Padre P.2		Padre P.3
	Adolescente A.1		Adolescente A.2		Adolescente A.3
					Adolescente A.4

Nota. Elaboración propia

Análisis de la cohesión del sistema familiar a partir del tiempo, espacio, límites y toma de decisiones

Es necesario comprender que, para la investigación, la cohesión está establecida por conceptos como el tiempo, el espacio, los límites y la toma de decisiones del sistema familiar. También mencionar que, la aplicación de los diferentes instrumentos y estrategias se le realizó a toda la familia, de forma que, cada integrante de la familia pudiera compartir su percepción con los demás miembros.

En general la mayoría de las familias pueden identificar un espacio físico en el que consideran tienen un mayor tiempo para compartir. El sistema familiar #1 tiene establecido un tiempo para compartir específicamente los fines de semana, indican que, “por lo general pasamos juntos los fines de semana o los días libres en las tardes, prácticamente nos volamos toda la tarde compartiendo” (F.1-P.1.). Al contrario, la familia # 2 señalan una limitada interacción entre ellos: “Es algo que debemos mejorar, no se comparte. A veces que acompañamos a nuestro hijo a un partido, pero es muy poco, solo esos espacios por lo general es que compartimos.” (F.2-P.2.)

Por otra parte, el sistema familiar # 3 menciona que conforme las hijas han crecido la organización y el tiempo para compartir se ha reducido, “antes teníamos la costumbre de compartir, pero lo dejamos de hacer. Los viernes hacíamos comidas especiales, veíamos películas o algo especial, pero los viernes eran los días de compartir” (F.3-M.3.).

Se puede evidenciar que cada familia tiene su propio tiempo para compartir con los demás miembros, pero es necesario fortalecerlo y promover que el tiempo, sea de calidad en donde cada miembro de la familia este presente en forma y espacio, enfocado en la familia. Cada sistema familiar construye su tiempo y conforme los hijos van creciendo, el compartir varía en tiempo, cantidad y calidad del mismo. Se debe considerar la necesidad de brindar tiempo a las personas adolescentes que contribuye a una mayor comunicación y atención que promueve el desarrollo del sistema familiar.

El tiempo demuestra interés, pertenencia, afectividad con las personas, de forma que, contribuye al bienestar y fortalece las conexiones emocionales, especialmente a lograr una correcta y sana cohesión familiar. Por lo tanto, es importante implementar y aumentar la comunicación por medio de estrategias que se adapten a las necesidades y características de cada integrante de la familia, tomando en cuenta la autovalía de cada uno, en donde según Satir, (2002) “es el fundamento para la salud mental del individuo y la familia” (p.185).

Con relación a los límites de los sistemas familiares, la familia #1 considera no tener límites o reglas establecidas, sino que tratan de conversar acerca de los aspectos que pueden perjudicar ante una eventual decisión, también consideran que las reglas “no han sido necesarias. Lo único es que hemos tratado de que deje el teléfono, pero no lo hemos logrado.” (F.1-M.1.)

En contraste, en el sistema familiar # 2 existen reglas, pero se menciona que el adolescente, no las cumple, “hay reglas que no se siguen, por lo general no hace caso por más de que se le habla, hay que estar encima de él. Un ejemplo de ello son las salidas, si por él fuera no pasaría en la casa.” (F.2-P.2.) Por parte del sistema familiar # 3 el padre menciona con relación a los límites, “Uno sabe cuáles son los límites, más o menos lo que uno hacía.” (F.3-P.3.).

Se puede reflejar que los sistemas familiares participantes no mencionan reglas explícitas, es decir, se dan por asumidas las reglas, pero no están establecidas como tal, se evidencia una flexibilidad en las reglas y límites por parte de los padres hacia sus hijas e hijos, pero consideran como parámetro sus vivencias y experiencias en su propia etapa de la adolescencia.

Los límites en las familias participantes han evolucionado conforme al comportamiento, crecimiento y desarrollo de las personas adolescentes. Aguilar Arias (2017) menciona: “los límites son lo que define a la familia frente a la sociedad, su flexibilidad le permite la socialización sin perder la unidad y control familiar” (p.18). Partiendo de ello, se puede indicar que con frecuencia suele ser beneficioso la creación de límites dentro de la familia, es decir, al crear en conjunto una serie de reglas dentro del sistema familiar, se puede modificar la estructura de forma que beneficie el desarrollo de las personas y por ende la convivencia.

También es necesario mencionar la toma de decisiones, en el sistema familiar # 1 mencionan que “Siempre lo conversamos, alguien tira la idea, por lo general él y después papá y yo (madre) lo conversamos. De igual forma siempre le tomamos el parecer” (F.1-M.1.) Por su parte la familia # 2 indica que “Mi esposa y yo lo conversamos y decidimos; ellos van detrás de nosotros, pero por lo menos siempre se comunica el resultado de la decisión.” (F.2-P.2.). Por otra parte, la familia # 3 mencionan que, “Cada quien toma sus decisiones.” (F.3-A.3.) “A ellas no les interesa involucrarse, entonces no les tomamos el parecer.” (F.3-P.3.).

Es necesario resaltar la autoridad en algunos casos de los padres de familia para la toma de decisiones, ya que algunas familias no involucran a sus hijos, repercutiendo en la convivencia y en el desarrollo del propio sistema. Añadido a ello, también afecta el desinterés por parte de las personas adolescentes en temas relacionados con sus padres y por ende en el sistema familiar.

Es necesario destacar que cada familia tiene su propio proceso para la toma de decisiones, que a pesar de que en este caso Valdés (2017) mencione que es necesario que exista un poder dentro de la familia, es crucial el poder reconocer y aplicar la coexistencia de la comunicación abierta y la participación de los miembros involucrados. De esta forma, es fundamental poder fortalecer la habilidad de la toma de decisiones, facilitando la promoción de un enfoque colaborativo que beneficie el bienestar y la armonía familiar entre sus miembros.

Análisis de la adaptabilidad a partir de los estilos de negociación y relaciones de rol en el sistema familiar

Se puede mencionar que para la investigación, la adaptabilidad está establecida por conceptos como los estilos de negociación y las relaciones de rol del sistema familiar. También cabe señalar que la aplicación de los diferentes instrumentos, se les realizó a toda la familia, de forma que, cada integrante de la familia pudiera compartir su percepción con los demás miembros.

Tomar en consideración las opiniones de las personas adolescentes promueve la integración en el sistema familiar, así como el sentido de pertenencia en cada persona. Partiendo de ello, cada familia tiene su propio proceso para la toma de decisiones, la familia #1 menciona que, “Jalar todos para el mismo lado, no perder la oportunidad de compartir y estar juntos, siempre tratamos de estar juntos.” (F.A-P.1.).

Por su parte la familia # 2 destaca que negociar con los padres de familia es complicado, se indica que “Cuesta mucho negociar. Siempre trato de negociar para ver los puntos buenos y malos de esa decisión, pero siempre quiero una respuesta y explicación del porqué, a pesar de que cueste” (F.2-A.2.). En contraste la familia # 3 menciona que “Depende de cómo estemos, depende de nuestras relaciones, pero como nos queremos mucho siempre buscamos estar bien entre todos. A pesar de todo, nos queremos mucho, nos llevamos bien” (F.3- M.3.) “Tratamos de cambiar las cosas, de negociar, pero nos cuesta mucho la organización y el orden” (F.3-M.3.).

Se refleja que en los sistemas familiares participantes, no utilizan o tienen estilos para la negociación entre ellos. Estos estilos de negociación se condicionan por la apertura que el padre o la madre le puedan brindar a la persona adolescente. También se puede indicar que la negociación está ligada a las reglas ya que contribuyen a la adaptabilidad que se puede desarrollar en las diversas transiciones de la familia.

Valdés Cuervo (2007) menciona que el concepto de reglas es: “acuerdos relacionales que prescriben o limitan los comportamientos individuales en una amplia gama de áreas comportamentales, organizando su interacción en un sistema razonablemente estable” (p.25). Además de esto, Olson (2000) indica que “El enfoque de la flexibilidad está en cómo los sistemas equilibran la estabilidad frente al cambio”.

Para las familias participantes, los roles que se emplean son especialmente los tradicionales, vinculados con los roles sociales establecidos, es decir, padre, madre e hijos. Cabe resaltar que las tareas del hogar en general recaen en las madres de familia, exceptuando la familia #1 en la cual el padre apoya y realiza la mayoría de las tareas del hogar.

“Mamá hace todo” (F.3-M.3.). También se menciona que las madres esperan por la iniciativa, en el apoyo a las labores domésticas, especialmente de los adolescentes, pero no llega, “Me da pereza arriar a la gente.” (F.3-M.3.) Se puede mencionar que en las familias evitan transmitir patrones en los roles que, en algún momento de su juventud se les impuso, es decir; no quieren que sus hijos e hijas carguen con un rol y un peso que no les corresponde.

De forma que, los roles y los quehaceres en el hogar están relacionados a las reglas que a lo interno del sistema familiar, se hayan establecido como lo afirma Olson (2000): “Los roles se comparten y hay cambios fluidos cuando es necesario. Las reglas se pueden cambiar y son apropiadas para la edad”. En consecuencia, es necesario la constante comunicación para lograr el enlace entre lo que los integrantes de la familia desean y se pueden establecer de forma que contribuya en el desarrollo adecuado en conformidad con la edad.

Análisis de la comunicación a partir de las habilidades de escucha y las habilidades de habla en el sistema familiar.

En el sistema familiar # 1 la escucha especialmente para con el adolescente, es constante, lo toman en cuenta para tomar decisiones y sus padres, en la medida de lo posible tratan de incluirlo; “papá es el intermediario.” (F.1-M.1.) “Me comunico más con papá porque mamá se distrae, pero me siento escuchado.” (F.1-A.1.).

En contraste, en la familia # 2, consideran que tienen una falencia en la comunicación y no hay espacio para escuchar especialmente a la persona adolescente, “A veces me escuchan, pero no me dejan expresarme, más o menos me escuchan” (F.2-A.2.). Por su parte, la familia # 3 también considera carecer de la habilidad de escucha, solamente la madre es la que busca brindar el espacio, “por lo menos yo, siempre les doy espacio a todos para escucharlos. Por lo general tengo problemas con mi esposo y mi hija mayor, me siento como un saco de boxeo porque se enojan y se descargan conmigo, pero ninguno me escucha a mí.” (F.3-M.3.)

Los sistemas familiares participantes, especialmente en el #2 y #3 mencionan acerca de la comunicación entre ellos que, “cuando se puede hablar, se debe buscar el equilibrio.” (F.2-P.2.). “La comunicación es mala, nos cuesta comunicarnos.” (F.3-A.3.) “Es un área de mejora.” (F.3-M3.). Es importante resaltar estos comentarios para considerar y evaluar la comunicación en las familias y especialmente en las personas en la vida diaria.

Se puede señalar que acompañado a las habilidades antes mencionadas, la confianza es un elemento que influye en los miembros de cada familia y en el espacio que una persona puede dar a otra para escuchar. Así como lo menciona Olson (2000), la comunicación es un elemento facilitador, la cual se considera necesaria para lograr una funcionalidad en un sistema familiar y por ende es el mediador entre la cohesión y la adaptabilidad, lo que podría significar también un problema entre estos propósitos.

Partiendo de las menciones anteriores, vinculado a la cohesión, adaptabilidad y comunicación en cada sistema familiar, es necesario considerar que el funcionamiento de cada sistema familiar es diferente, a pesar de algunas similitudes entre algunos sistemas, las realidades y sus contextos, no son las mismas y se requiere un trabajo alternando, la parte sistémica y los subsistemas que conforman la familia para brindar espacios de trabajos adaptados a cada una de ellas.

Discusión y conclusiones

Con los aportes recabados anteriormente de cada sistema familiar participante, se puede resaltar que cada familiar define su momento, así como su tiempo para compartir y fortalecer los vínculos entre sus miembros. En ocasiones, unos miembros tratan de adaptarse, otros se alejan, de manera que trabajan individualmente y no comparten. Por ello, se debe trabajar en espacios tanto con el sistema total, como con sus subsistemas.

La selección del grupo total es lo más adecuado, alternando con diferentes grupos en función de la dinámica en curso. Se debe proteger la intimidad de los cónyuges. Cuando se trabaja con familias con hijos adolescentes, se puede realizar sesiones individuales con cada adolescente, lo que permite explorar desenlaces posibles en forma autónoma y establecer una relación con un adulto extrafamiliar significativo, lo que no sería posible dentro del marco del grupo familiar total (Minuchin, 1984).

El tiempo en el sistema familiar es fundamental para la convivencia, lo cual permite relacionarse y compartir con los miembros de la familia para fortalecer los vínculos. También el dar tiempo a los demás demuestra interés, pertenencia y afectividad con las personas. Se considera que: “el tiempo juntos es más importante que el tiempo a solas, brinda unión y conecta tanto emocionalmente como afectivamente con los demás” (Olson, 2000).

El tiempo en cada sistema familiar participante es variado, una familia tiene tiempo establecido para compartir, otra comparte mayormente cuando se trasladan en el carro y la última comparte cuando hay visitas en el hogar. El tiempo es un elemento para compartir que, permite, contribuye y favorece el bienestar, así como el fortalecimiento de las conexiones emocionales y la afectividad entre sus miembros (Satir, 2002).

Con respecto a las reglas en los sistemas familiares, se muestra que la ausencia de las mismas se justifica por la creencia de que no suele ser necesario aplicarlas, gracias al enfoque flexible guiado por el diálogo y la apertura; aunque en ocasiones, sí es necesaria la autoridad por parte de la madre o el padre ante los adolescentes para el cumplimiento de una determinada labor que, en algunas oportunidades al no cumplirse, genera desafíos y conflictos.

Las funciones de la familia apoyan en dos objetivos distintos. Uno es interno, la protección psicosocial de sus miembros y otro externo, la acomodación a una cultura y la transmisión de esa cultura (Minuchin, 1984, p.78). Este elemento normativo que se establecen en las familias, trata de aportar en el comportamiento y autonomía de las personas.

Se puede mencionar que la ausencia de las reglas está relacionada también con la etapa de la adolescencia en la que las hijas y los hijos se encuentran; tienen un conocimiento de sus padres y lo que en el hogar se puede hacer y no. Por lo tanto, la crianza que han recibido hasta el momento forma parte de la apertura al diálogo que en el hogar se puede presentar.

Aguilar Arias (2017) menciona: “los límites son lo que define a la familia frente a la sociedad, su flexibilidad le permite la socialización sin perder la unidad y control familiar” (p.18). Por lo tanto, se puede evidenciar que los límites en cada familia, evolucionan conforme al crecimiento, desarrollo y personalidad de sus integrantes.

Por otra parte, se puede señalar que la falta de límites y reglas puede generar desafíos en los adolescentes, de forma que afectan la toma de decisiones en algunos de ellos. Lo anterior influye de manera negativa en la dinámica familiar, por lo tanto, las reglas y límites se consideran necesarios para promover en las personas espacios de reflexión, análisis y desarrollo que contribuyan al crecimiento, a la confianza y al respeto de las personas adolescentes.

Es importante destacar que cada familia tiene su propio proceso para la toma de decisiones, también la autoridad en padres y madres tiene relevancia para la toma de decisiones, es por lo que pueden variar según la unión, la comunicación y la flexibilidad que cada sistema tenga. Valdés Cuervo (2007) afirma que “para que la familia funcione adecuadamente es necesario que exista una estructura de autoridad bien delimitada y que los padres sepan ejercer la misma, es decir, que tengan poder” (p.22).

La comunicación es un elemento fundamental para la convivencia en los sistemas familiares, mediante el cual se muestra respeto, pertinencia y comprensión en los integrantes de la familia. La comunicación contribuye a la toma de decisiones en conjunto, inclusión en diversos procesos familiares, así como una participación activa en el sistema. Una comunicación no solo transmite información sino que, al mismo tiempo impone conductas (Watzlawick y otros, 1967).

Con relación a los estilos de negociación en las familias participantes, están condicionadas por la apertura de los padres, el espacio y la escucha que les brindan a sus hijos. Las reglas establecidas están ligadas con las negociaciones, ya que las reglas se consideran necesarias para la formación de las personas adolescentes, así por ende las negociaciones son un medio de comunicación entre los integrantes de la familia.

Se puede evidenciar que la apertura a la negociación y la consideración constante de la opinión de la persona adolescente contribuye a promover un ambiente familiar armonioso, de respeto y comunicación abierta influyendo en la convivencia familiar. Fortalecer las habilidades de negociación y de comunicación abierta, asegurando que los miembros de la familia se sientan escuchados y valorados.

Por su parte, la comunicación es un elemento en la vida humana, es un medio por el cual, las personas pueden transmitir su opinión, de forma que, se vuelve un elemento fundamental para promoverlo en los sistemas familiares para facilitar las relaciones interpersonales y la toma de decisiones. Es un medio que promueve en las personas bienestar, desarrolla pertinencia, comodidad, entre otros fundamentos positivos en las personas.

Un reflejo de la importancia de la comunicación lo menciona Satir (2002) “la forma como la familia resuelve su comunicación es un reflejo de la autoestima de los miembros de la familia y, en consecuencia, proporciona información adicional sobre la falta de armonía y la disfuncionalidad del sistema familiar” (p.189).

Con los aportes de los sistemas familiares participantes se refleja la necesidad de promover habilidades tanto de escucha y del habla en las personas para mejorar el desarrollo, los vínculos y el bienestar en cada una de ellas. Espacios que promuevan la buena comunicación y la apertura para expresar pensamientos y sentimientos generan un desarrollo integral entre los miembros de la familia. También se identifica el conocimiento de las familias por mejorar su comunicación y la concienciación acerca de la necesidad de mejorar estas habilidades para promover la convivencia entre los integrantes de la familia.

El artículo contribuye en conocimientos de comportamientos de las personas adolescentes ante sus padres, en ocasiones es una actitud despreocupada, indiferente ante las actividades y propuestas que realizan los padres de familia. Por ende, se refleja la necesidad de promover la habilidad de la escucha, la escucha entre padres de familia y los adolescentes para mejorar las relaciones entre el sistema familiar.

También desde la Orientación se muestra la necesidad y oportunidad de trabajar con las familias, tanto como sistemas y con subsistemas, de forma que se pueda brindar herramientas para las relaciones interpersonales a los padres de familia y a las personas adolescentes para contribuir con la convivencia en el hogar, que además se contribuye con herramientas que las personas pueden aplicar en otros sistemas.

Para la presente investigación, se pueden señalar algunas limitaciones, una de ellas es su naturaleza cualitativa; los resultados obtenidos son mínimos para reproducir una generalidad familiar en una zona determinada. Otra limitación fue el acceso a la población, poder contar con el apoyo de familias fue complicado, porque algunos sistemas mostraban preocupación del reflejo familiar, así como el contar con la presencia de todos los integrantes del sistema familiar.

Es importante señalar la necesidad de implementar el trabajo con estructuras familiares diversas, ya que la presente investigación se realizó con la estructura tradicional de padre, madre e hijo o hija, pero en la actualidad, estas estructuras han variado y están en constante modificación. En relación con la orientación familiar se busca apoyar a los sistemas familiares para mejorar su convivencia, funcionalidad y así contribuir con el desarrollo de las familias y por consiguiente de sus integrantes; todos los componentes son importantes para un buen funcionamiento. Desde la orientación familiar es necesario trabajar las transiciones que las familias consideran necesarias, que contribuyan a mejorar el bienestar de cada integrante y del sistema.

La Orientación familiar se fundamenta en trabajar en las conductas o las relaciones que se establecen entre los miembros de las familias que dificultan el ajuste escolar de los hijos e hijas (Valdés Cuervo, 2007). En consecuencia, como disciplina se debe abordar diversos contextos en los que se puede aportar herramientas de apoyo para que las personas puedan tomar decisiones, mejorar su calidad de vida y lograr la autorrealización. Por lo tanto, también la orientación puede contribuir en el desarrollo de la adaptabilidad en el sistema familiar, por medio de herramientas que promuevan habilidades socio-educativa-afectiva a lo interno de cada sistema familiar.

Por último, es importante resaltar y dar relevancia a la comunicación, es un elemento que nutre diversas dimensiones en el sistema familiar, especialmente la cohesión y la adaptabilidad. Como Nugent (1990) menciona: “ayuda a los miembros de la familia a mejorar la comunicación y sus relaciones a fin de aumentar el crecimiento individual de cada integrante a la vez que se logra equilibrio e interacciones saludables entre los miembros de la familia” (p.83).

Declaración de conflictos de intereses

La persona autora declara que no tiene vínculos con actividades o relaciones personales conocidas que influyan de forma inapropiada en el proceso editorial.

Referencias

- Adler, P. A., y Adler, P. (1994). Observational techniques. En Denzin, N. K., y Lincoln, Y. S. (eds.), *Handbook of Qualitative Research* (pp. 377-392). Sage.
- Alfonso Hernández, C., Valladares González, A. M., Rodríguez San Pedro, L., y Selín Ganén, M. (2017). Comunicación, cohesión y satisfacción familiar en adolescentes de la enseñanza secundaria y preuniversitaria. *Cienfuegos* 2014. *MediSur*, 15(3), 341-349. <https://medisur.sld.cu/index.php/medisur/article/view/361>
- Aguilar Arias, C. G. (2017). *Funcionamiento familiar según el modelo Circumplejo de Olson en adolescentes tardíos*. [Tesis de pregrado, Universidad de Cuenca]. Repositorio digital de la Universidad de Cuenca. <https://dspace.ucuenca.edu.ec/items/eabcc6b8-77ea-4678-b710-e8d9ccab5b5f>
- Álvarez de Sotomayor, I. D., y Muñoz Carril, P. C. (2021). Internet y redes sociales: un desafío a la convivencia familiar. *Educatio Siglo XXI*, 39(2), 123–141. <https://doi.org/10.6018/educatio.463221>

- Álvarez-Gayou Jurgenson, J. L. (2009). *Cómo hacer investigación cualitativa. Fundamentos y metodología*. Editorial Paidós.
- Barboza Arguedas, P. (2021). *Procesos de socialización secundaria en el establecimiento de relaciones interpersonales de personas adolescentes inscritos en centros educativos públicos y privados de San José, Alajuela, Heredia, Cartago, Puntarenas y Guanacaste*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Nacional]. Repositorio digital de la Universidad Nacional. <https://repositorio.una.ac.cr/items/179bc428-9533-4419-ab2f-1012c95bb9ef>
- Benavides, F. y Espinoza, M. (2021). *Agentes socializadores en las vivencias de los vínculos afectivos de pareja en personas adolescentes* (Tesis de grado). Universidad Nacional, Heredia, Costa Rica. [JJ2]
- Bermúdez-Farías, G. S., y Andino-Espinoza, S. J. (2024). La influencia de la relación familiar en la convivencia escolar de niños y niñas pertenecientes a la E.G.B.M de la U.E. “Juan Montalvo Fiallos.” *Santiago*, (164), 231-247. <https://santiago.uo.edu.cu/index.php/stgo/article/view/28761>
- Brik, E., y Melamed, F. (2019). *Terapia sistémica para familias. Cómo alcanzar una mejor convivencia familiar*. Editorial Síntesis.
- Bustamante Rodríguez, M. I., y Anticona Jícaro, D. V. (2018). *Las relaciones interpersonales y su influencia en el clima laboral del área de electrodomésticos de Supermercados Plaza Vea, Trujillo 2017*. [Tesis de pregrado, Universidad Privada del Norte]. Repositorio digital de la Universidad Privada del Norte. <https://repositorio.upn.edu.pe/item/519867ac-d071-41c4-a496-3192464631c3>
- Castillo Sanguino, N. (2020). Fenomenología como método de investigación cualitativa: preguntas desde la práctica investigativa. *Revista Latinoamericana de Metodología de la Investigación Social*, (20), 7-18. http://www.relmis.com.ar/ojs/index.php?journal=relmis&page=article&op=view&path%5B%5D=fenomenologia_como_metodo
- Cerda Gutiérrez, H. (2011). *Los elementos de la investigación. Cómo reconocerlos, diseñarlos y construirlos*. Cooperativa Editorial Magisterio.
- Colegio de Profesionales en Orientación. (2012). *Código de Ética*. <https://www.cpocr.org/wp-content/uploads/2012/10/C%3C%93DIGO-DE-%C3%89TICA-CPO-5-nov-12.pdf>
- Correa, S., Campos, H., Carvajal, A. y Rivas, K. (01 de Junio del 2013). *Investigación Cualitativa. Tipo Fenomenológica*. <http://bilanasuskys.blogspot.com/2013/06/investigacion-cualitativa-tipo.html>
- Comisión Nacional para la Protección de Sujetos Humanos de Investigación Biomédica y de Comportamiento. (1979). *Informe Belmont: Principios éticos y directrices para la protección de sujetos humanos de investigación*. Departamento de Salud, Educación y Bienestar de los Estados Unidos. <https://www.hhs.gov/sites/default/files/informe-belmont-spanish.pdf>
- Espinal, I., Gimeno, A., y González, F. (2006). El enfoque sistémico en los estudios sobre la familia. *Revista Internacional de Sistemas*, (14), 21-34. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5042892>
- Fernández Otero, O. (1984). *Qué es la Orientación familiar*. EUNSA.
- García Herrera, J. D. (2024). *La convivencia en el sistema de familia con descendencia adolescente: un análisis en las relaciones interpersonales en tres familias de la zona de La Unión*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Nacional]. Repositorio digital de la Universidad Nacional. <https://repositorio.una.ac.cr/items/b7660ad7-198a-4be8-88c8-f1a65172ede1>
- Gurdián-Fernández, A. (2007). *El Paradigma cualitativo en la investigación Socio-Educativa*. Coordinación Educativa y Cultural Centroamericana (CECC). Agencia Española de Cooperación Internacional (AECI).
- Hammersley, M., y Atkinson, P. (1994). *Etnografía: Métodos de investigación*. Paidós.

- Hernández-Bello L., Hueso-Montoro C., Gómez-Urquiza J. L., y Cogollo-Milanés, Z. (2020). Prevalencia y factores asociados a la ideación e intento de suicidio en adolescentes: revisión sistemática. *Revista Española de Salud Pública*, (94), 1-15. <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC11583067/>
- Méndez Cruz, I. G. (2005). *El desarrollo de las relaciones interpersonales en las experiencias transculturales: una aportación del enfoque centrado en la persona*. [Tesis de maestría, Universidad Iberoamericana]. Repositorio digital de la Universidad Iberoamericana. <https://ri.ibero.mx/handle/ibero/613>
- Minuchin, S. (1984). *Familias y terapia familiar*. Gedisa.
- Moussa Rogers, M. (2021). *Understanding family dynamics in a cross-cultural sample*. (Order No. 28643668) [Tesis doctoral, Mississippi State University]. Available from ProQuest Dissertations & Theses Global. <https://www.proquest.com/docview/2572580082>
- Müller de Cabrera, L. (2019). *Investigación Cualitativa*. Editorial Rafael Ayau.
- Namakforoosh, M. N. (2000). *Metodología de la investigación*. Limusa.
- Olson, D. H. (2000). Circumplex Model of Marital and Family Systems. *Journal of Family Therapy*, 22(2), 144-167. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/epdf/10.1111/1467-6427.00144>
- Olson, D., Russell, C. S., y Sprenkle, D. H. (1989). *Circumplex Model. Systemic Assessment and Treatment of Families*. The Haworth Press.
- Punch, K. F. (1998). *Introduction to Social Research. Qualitative and Quantitative Approaches*. Sage Publications.
- Revilla Apac, D. A. (2017) *Desarrollo de las relaciones interpersonales en el aula y las conductas agresivas en las redes sociales de los estudiantes de sexto grado de primaria de una institución de Lima Metropolitana*. [Tesis de Licenciatura, Pontificia Universidad Católica del Perú]. Repositorio digital de la Pontificia Universidad Católica del Perú. <https://tesis.pucp.edu.pe/items/8f28f968-60e0-42c9-acec-799b85e19abd>
- Ristow, R. J. (2015). The circumplex model and the millennial family system (Order No. 1593367). Available from ProQuest Dissertations & Theses Global. (1707340391). Retrieved from <https://www.proquest.com/dissertations-theses/circumplex-model-millennial-family-system/docview/1707340391/se-2>
- Rogers, C. R. (1961). *On becoming a person: A therapist's view of psychotherapy*. Houghton Mifflin.
- Satir, V. (2002). *Terapia familias paso a paso*. México: Pax México.
- Siguenza, W., Buñay, R., & Guamán-Arias, M. (2017). Funcionamiento familiar real e ideal según el modelo Circumplejo de Olson. *Maskana*, 8, 77-85. Recuperado a partir de <https://publicaciones.ucuenca.edu.ec/ojs/index.php/maskana/article/view/1878>
- Sullivan, H. S. (1953). *The Interpersonal Theory of Psychiatry*. W. W. Norton & Company.
- Valdés Cuervo, A. A. (2007). *Familia y desarrollo: intervenciones en terapia familiar*. Manual Moderno.
- Venegas Contreras, J. P. (2023). La convivencia familiar. Un derecho humano de la niñez. *Advocatus*, 20(40), 13-28. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9611154>
- Villalobos Cordero, A. L., Villanueva Barbarán, R., y Villareal-Montoya, C. (2023). *Orientando Familias*. EDiNexo.
- Watzlawick, P., Beavin, J. H., y Jackson, D. D. (1967). *Pragmatics of human communication. A Study of Interactional Patterns, Pathologies, and Paradoxes*. W. W. Norton & Company.
- Wright, E. M. (2021). *All in the family: An exploration of family functioning in travel ice hockey* (Order No. 28496101) [Tesis doctoral, Michigan State University]. ProQuest Dissertations & Theses Global. <https://www.proquest.com/docview/2546932003>

Anexo 1

Esta guía es una estructura para mencionar los elementos que se pueden observar durante los distintos instrumentos y técnicas en la aplicación de los mismos, para ello es importante señalar que estos elementos pueden variar o agregarse dependiendo del desarrollo del sistema familiar. Como se menciona solo es una guía de elementos que durante la aplicación de las técnicas se pueden percibir, se clasifican por los objetivos específicos.

Generalidades

1. Actitudes de las personas, tanto con los miembros de su sistema familiar, como con las personas externas a ella. Se observa la parte conductual (comportamiento con las demás personas) y emocional (cómo se siente ante las técnicas aplicadas y con el desenvolvimiento con la familia).
2. Comportamiento de cómo llevan a cabo el desarrollo de las técnicas, así como la participación en las mismas y la manera de poder comunicarse con el sistema familiar.
3. Lenguaje, es necesario poder considerar el lenguaje corporal de las personas y el léxico que utilizan las personas participantes.

Cohesión

4. Límites que se establecen dentro del sistema familiar para normar o indicar reglas que promueven la convivencia.
5. Organización que se produce en la familia para llevar a cabo labores y la toma de decisiones.
6. Planificación para poder lograr una meta, de forma que también se pueda reflejar la comunicación, organización y actitudes establecidas en el sistema familiar.

Adaptabilidad

7. Estilos de Negociación que las personas implementan para poder comunicarse de mejor manera y llegar a un consenso ante una determinada decisión.
8. Roles establecidos a lo interno del sistema familiar, tanto de forma consciente e inconsciente.

Comunicación

9. Habilidades de comunicación, la capacidad de las personas para poder tener una comunicación con las personas que conforman el sistema familiar.
10. Habilidades de escucha en la capacidad de las personas para poder brindar una adecuada atención y espacio a las personas que conforman el sistema familiar.

Anexo 2

La siguiente entrevista tiene como objetivo “comprender la convivencia en el sistema de familia con hijos e hijas adolescente a partir de las relaciones interpersonales desde la perspectiva de quienes la integran”, por lo cual es un instrumento de forma confidencial, se tomará la información para datos. Se le agradece su colaboración.

A continuación, se plantean preguntas que guían el proceso de la entrevista, divididas por generalidades importantes de conocer y por los objetivos específicos.

Generalidades

1. ¿Cómo definen la palabra convivencia?
2. ¿Cómo definiría en una palabra su sistema familiar? ¿Por qué?
3. ¿Cuáles considera que son elementos importantes para lograr una convivencia adecuada?
4. ¿Cuáles consideran que son las fortalezas de su sistema familiar?
5. ¿Cuáles consideran que son las debilidades de su sistema familiar?
6. ¿Cuáles elementos consideran que como familia deberían mejorar?
7. ¿Cómo consideran que es la convivencia en su sistema familiar?
8. ¿Consideran que lo aprendido en el hogar en cuanto a relaciones interpersonales, lo ponen en práctica en otros entornos sociales?
9. ¿Les gusta compartir tiempo en familia?

Cohesión

10. ¿Tienen establecido tiempo de convivencia en familia?
11. ¿Cómo consideran que es el tiempo en familia?
12. ¿Cómo es el espacio en familia?
13. Cuando se toman decisiones en familia, ¿cómo las toman todos están presentes?
14. ¿Cómo es el apoyo entre los miembros de la familia?
15. ¿Se toman en cuenta las consideraciones de cada miembro de la familia? 16. ¿Hay límites o reglas establecidas en la familia?

Adaptabilidad

17. ¿Cómo define la relación de su familia?
18. ¿Cómo son las relaciones interpersonales entre padre-madre, madre-hijo y padre- hijo?
19. ¿Su sistema familiar cambia el modo de hacer las cosas?
20. En nuestra familia, ¿Las reglas cambian?
21. ¿Se intercambian los quehaceres del hogar entre ustedes?
22. Si tuvieran que mencionar quien es la autoridad en la familia ¿Quién sería?
23. Han tratado de negociar en alguna situación en específico ¿podrían brindar un ejemplo?
24. ¿Consideran que cada miembro tiene un rol establecido?

Comunicación

25. ¿Cómo considera la comunicación en su familia?
26. ¿Se puede conversar en el sistema familiar tanto padres-hijos, madres-hijos e padres-madres?
27. ¿Sienten que son escuchados por los miembros de su familia?
28. ¿Dedican tiempo a escuchar a los otros miembros de su familia?

Anexo 3

UNIVERSIDAD NACIONAL DE COSTA RICA

CONSENTIMIENTO INFORMADO

PROPÓSITO DE LA ATENCIÓN: La presente Atención es realizada por la estudiante Josué García Herrera, para cumplir con los objetivos académicos del Trabajo Final de Graduación, modalidad de Tesis, la cual tiene como objetivo principal la interpretación de la convivencia en el sistema de familia con descendencia adolescente a partir de las relaciones interpersonales desde la perspectiva de quienes la integran. Con esto se pretende poder identificar los factores, conceptos y elementos que son necesarios para lograr la convivencia a nivel familiar.

PROCEDIMIENTO PARA EJECUTAR: Para la realización de la investigación se llevará a cabo en primera instancia la técnica basada en el juego “vaso terapia” de integración entre los participantes y el facilitador. Posteriormente, se ejecutará la técnica de observación (presente en cada técnica) para construir con una entrevista semiestructurada, con la finalidad de explorar el tema de investigación. Durante la aplicación de las técnicas, los datos se registrarán mediante un dispositivo de audio, siempre que las personas participantes accedan a ello. Estas grabaciones serán utilizadas únicamente por el investigador, guardando confidencialidad de los datos.

La información que se obtenga será de carácter confidencial y pretende la interpretación de la convivencia en el sistema de familia con descendencia adolescente a partir de las relaciones interpersonales desde la perspectiva de quienes la integran. También, será utilizada para identificar los factores, conceptos y elementos que influyen en la convivencia en el sistema familiar, así como establecer un proceso orientador que facilite las relaciones interpersonales de las personas a partir de la perspectiva de las familias participantes. Para la ejecución de estas atenciones se establece la respectiva coordinación con los encargados, en aras de motivarle a participar durante todo el proceso y lograr, en consecuencia, un mayor aprovechamiento de la temática a tratar.

BENEFICIOS: Como resultado de la participación en este estudio, se obtendrá como beneficio conocer las herramientas adecuadas que se ajusten a la formulación del sentido de vida como medio para el desarrollo personal, desde las primeras etapas de vida.

ASPECTOS PARA CONSIDERAR:

1. Antes de dar su autorización para este estudio usted debe haber hablado con los integrantes del sistema familiar sobre esta Atención grupal.
2. Recibirá una copia de esta fórmula firmada.
3. Su participación en este proceso es voluntaria.
4. Su participación en este proceso es confidencial, los resultados obtenidos se publicarán en un informe, donde aparecerán de forma anónima y los cuales tienen fines únicamente académicos.

CONSENTIMIENTO:

He leído o se me ha leído, toda la información descrita en este documento antes de firmar. Se me ha brindado la oportunidad de hacer preguntas y éstas han sido contestadas en forma adecuada. Por lo tanto, accedo a que mi sistema familiar sea parte de esta investigación al obtener acceso a la información.

Nombre de la encargada

Cédula

Firma

PRACTICANTE QUE SOLICITA EL CONSENTIMIENTO

Investigador

Cédula

Firma