

XIV Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. XXIX Jornadas de Investigación. XVIII Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. IV Encuentro de Investigación de Terapia Ocupacional. IV Encuentro de Musicoterapia. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires, 2022.

Orientación a padres con hijos adolescentes. El desarrollo de la autonomía desde un abordaje virtual.

Constantino, Ignacio Daniel.

Cita:

Constantino, Ignacio Daniel (2022). *Orientación a padres con hijos adolescentes. El desarrollo de la autonomía desde un abordaje virtual. XIV Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. XXIX Jornadas de Investigación. XVIII Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. IV Encuentro de Investigación de Terapia Ocupacional. IV Encuentro de Musicoterapia. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.*

Dirección estable: <https://www.aacademica.org/000-084/970>

ARK: <https://n2t.net/ark:/13683/eoq6/DHH>

Acta Académica es un proyecto académico sin fines de lucro enmarcado en la iniciativa de acceso abierto. Acta Académica fue creado para facilitar a investigadores de todo el mundo el compartir su producción académica. Para crear un perfil gratuitamente o acceder a otros trabajos visite: <https://www.aacademica.org>.

ORIENTACIÓN A PADRES CON HIJOS ADOLESCENTES. EL DESARROLLO DE LA AUTONOMÍA DESDE UN ABORDAJE VIRTUAL

Constantino, Ignacio Daniel

Universidad de Buenos Aires. Facultad de Psicología. Buenos Aires, Argentina.

RESUMEN

Se presenta un resumen de los encuentros de orientación a padres o encargados de la crianza de adolescentes, en el marco del programa de extensión “La Familia como Agente de Prevención para la Salud Mental: Programa de Asesoramiento y Orientación a Familias” (Wittner, 2021). A partir del relevamiento realizado por UNICEF (2021) en el que se encontró que los adolescentes fueron el grupo más afectado durante las medidas de restricción de la pandemia por COVID-19, se trabajó en línea de promover y favorecer el desarrollo de su autonomía. Con este fin, se utilizaron estrategias orientadas a fortalecer las funciones y tareas de apoyo de la autonomía por parte del subsistema parental. Desde un enfoque sistémico, se trabajó promoviendo estrategias y formas de establecer vínculos saludables entre padres e hijos. Los medios virtuales utilizados desde la telepsicología resultaron provechosos en tanto permitieron organizar encuentros grupales con mayor facilidad. En la discusión final se resalta la idea de trabajar con sistemas más amplios para favorecer el desarrollo de la autonomía de los adolescentes.

Palabras clave

Orientación a padres - Adolescencia - Telepsicología - Desarrollo autonomía

ABSTRACT

GUIDANCE TO PARENTS WITH ADOLESCENT CHILDREN. THE DEVELOPMENT OF AUTONOMY FROM A VIRTUAL APPROACH

A summary of the orientation meetings for parents or those in charge of raising adolescents is presented, within the framework of the extension program “The Family as a Prevention Agent for Mental Health: Family Counseling and Orientation Program” (Wittner, 2021). Based on the survey carried out by UNICEF (2021) in which it was found that adolescents were the most affected group during the restriction measures of the COVID-19 pandemic, work was done online to promote and favor the development of their autonomy. To this end, strategies aimed at strengthening the autonomy support functions and tasks of the parental subsystem were used. From a systemic approach, work was done promoting strategies and ways to establish healthy bonds between parents and children. The virtual means used from telepsychology were beneficial insofar as they allowed group meet-

ings to be organized more easily. In the final discussion, the idea of working with broader systems to favor the development of the autonomy of adolescents is highlighted.

Keywords

Parent guidance - Adolescence - Telepsychology - Development of autonomy

Introducción

En el marco del programa de extensión “La Familia como Agente de Prevención para la Salud Mental: Programa de Asesoramiento y Orientación a Familias” (Wittner, 2021) se han realizado encuentros de orientación a padres con hijos adolescentes. Los encuentros tuvieron un formato grupal, conformado por los padres o encargados de crianza de jóvenes adolescentes y los coordinadores. El marco teórico que sustentó el diseño de los encuentros estuvo basado en la teoría sistémica, dada la evidencia que existe sobre la eficacia de la inclusión y la amplia participación de la familia en los procesos terapéuticos, en función de la sensibilidad hacia los problemas y las fortalezas de los sistemas familiares en relación con las dificultades de los niños, niñas y adolescentes (Carr, 2016).

Desde una mirada ecológica y psicosocial, la familia es el ambiente primario y fundamental en donde se desarrolla el individuo, cumpliendo funciones centrales en el apoyo y sostén de todos sus miembros (Wainstein y Wittner, 2016). Por lo tanto, la consideración del sistema familiar en el que se desenvuelve el desarrollo psicoafectivo del adolescente resulta de central importancia.

Se debe además considerar que según El Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF, 2021) las y los adolescentes fueron el grupo más afectado durante las medidas de restricción provocadas por la pandemia debido al COVID-19, en tanto perdieron espacios de intimidad y autonomía en un escenario familiar con hiper presencia adulta y limitados encuentros con pares. A las propias complejidades de su momento vital se sumaron dificultades para construir proyectos futuros en un contexto incierto. Esto se suma al hecho de que los determinantes sociales impactaron en la salud mental tanto de las infancias como de las adolescencias. A mayores desigualdades sociales (carencias entendidas como no acceso a derechos sociales y económicos), fueron mayores las afectaciones en salud mental.

Desarrollo

El Desarrollo de la Autonomía en la Adolescencia

La expansión de la autonomía durante la adolescencia ha sido señalada como una parte necesaria del desarrollo de la identidad (Erikson, 1968). La definición psicológica de autonomía ha sido objeto de múltiples debates y abarca desde la *libertad de la influencia de los demás* hasta la *exención de la influencia o el control externo* (Hill & Holmbeck, 1986).

Diferentes perspectivas teóricas se han desarrollado sobre la autonomía a lo largo del tiempo. Interesa destacar aquí la perspectiva motivacional (Campione-Barr, 2020) en la que sus exponentes diferencian entre la autonomía como independencia y la autonomía como funcionamiento volitivo. En el caso de la juventud, estas dos concepciones se distinguen en términos de quién está regulando el comportamiento, siendo la independencia clasificada como más interpersonal (por ejemplo, cuánto control tiene el adolescente, más que el padre, sobre un tema en particular), mientras que el funcionamiento volitivo es más una función de concordancia interna de la persona con sus propios valores y preferencias personales (Ryan & Lynch, 1989; Soenens et al., 2018).

Tres tipos de autonomía se han identificado con mayor frecuencia en investigaciones sobre el tema: autonomía emocional, autonomía conductual y autonomía de valor (Douvan y Adelson, 1966; Steinberg & Silverberg, 1986). Sin embargo, es probable que los diferentes tipos de autonomía también contribuyan y deriven de las diferentes definiciones y concepciones teóricas de la autonomía (Campione-Barr, 2020). La autonomía emocional en los adolescentes generalmente implica desarrollar un sentido de individuación de los padres al volverse menos dependientes emocionalmente. La autonomía conductual se define en términos de que los jóvenes se vuelvan más independientes en sus acciones, tengan más responsabilidad sobre sus propias actividades y decisiones de forma. La autonomía del valor (también llamada autonomía cognitiva) implica el desarrollo de un conjunto de creencias independientes sobre el bien y el mal que se vuelven cada vez más principistas e internas.

Estas diferentes dimensiones de la autonomía se desarrollan en tándem a lo largo de la vida, pero no siempre avanzan en el mismo grado porque dependen de diferentes precursores del desarrollo (como pueden ser: la regulación de las emociones, la regulación del comportamiento, el desarrollo físico y cognitivo) (Campione-Barr, 2020).

Desde una mirada psicosocial, es fundamental tener en cuenta el apoyo del subsistema parental (Minuchin y Fishman, 1983/2008) al desarrollo de la autonomía (McCurdy et al., 2020), siendo que la crianza de los hijos es un predictor fuerte y consistente del desarrollo de esta (Kouros y Garber, 2014). Los padres que se involucran en comportamientos que apoyan la exploración, la elección y la toma de decisiones independientes que se alinean con las preferencias y valores personales, son

aquellos que brindan un gran apoyo a la autonomía (Ryan et al., 1995; Skinner & Edge, 2002; Zimmer-Gembeck et al., 2011).

El apoyo parental al desarrollo de la autonomía de los hijos adolescentes se manifiesta de las siguientes maneras: apoyo comunicativo, apoyo emocional, apoyo cognitivo y apoyo a la toma de decisiones (Brauer, 2016; McElhaney et al., 2009). El apoyo comunicativo consiste en involucrar a los jóvenes en conversaciones sobre cómo y por qué se toman las decisiones, así como escuchar las perspectivas de los jóvenes y demostrar empatía. El apoyo emocional implica apoyar el procesamiento y la regulación emocional. El apoyo cognitivo implica ayudar a los jóvenes a desarrollar pensamientos, opiniones y creencias independientes. Por último, el apoyo a la toma de decisiones implica incluir a los jóvenes en el proceso de tomar decisiones con respecto a las reglas o elecciones, así como apoyar a los jóvenes a medida que participan en la toma de decisiones que se alinean con sus creencias y objetivos. Resulta de central importancia en este período que los padres o cuidadores logren equilibrar el apoyo a la independencia de los adolescentes con el mantenimiento de una conexión cercana con sus hijos (McCurdy et al., 2020). Investigaciones recientes en Latinoamérica concluyen que la parentalidad incide significativamente en la autonomía y competencia en la adolescencia (Cordero-López & Calventus-Salvador, 2021), a la vez que son de vital importancia las consideraciones de género, dado que por ejemplo en Brasil se ha encontrado que las opiniones tradicionales continúan reforzando los roles de género hacia la conducta autónoma de los hombres y la conducta comunitaria de las mujeres. Estos hallazgos resaltan la importancia de dilucidar las diferencias de género en el desarrollo de la autonomía en diferentes contextos socioculturales (Dutra-Thomé et al., 2019).

El Trabajo de Orientación a Padres a Través de Medios Virtuales

El enfoque sistémico entiende a los problemas de los niños, niñas y adolescentes como parte de patrones de interacción que involucran a toda la familia y a miembros de redes sociales más amplias con los que la familia interactúa. Es decir, la teoría sistémica no asume que los problemas psicológicos de los adolescentes son características inherentes de los mismos (Carr, 2016). Los meta-análisis realizados sobre la eficacia de los modelos de terapia familiar basados en esta concepción sistémica de los problemas de los adolescentes han demostrado mayor efectividad que los tratamientos usuales o alternativos hasta en un 58-59% (Baldwin et al., 2012; Dopp et al., 2017; citados en Carr, 2020).

En cuanto al uso de medios virtuales en el área de la telepsicología (Campbell & Norcross, 2018, citado en Traverso y Salem Martínez, 2020), un estudio realizado en mayo de 2020 en Estados Unidos evaluó si el uso de la teleterapia por parte de terapeutas familiares se había incrementado a partir de la aparición de la pandemia (McKee et al., 2021). Los resultados sugirieron

que los terapeutas familiares realizaban el 7.92% de su trabajo clínico usando teleterapia antes de la pandemia, aumentando su uso al 88.17% durante la pandemia. Además, las herramientas virtuales trajeron como principales ventajas: el acercamiento geográfico en caso de que los consultantes vivan alejados del terapeuta; la adaptabilidad de los horarios en los que los consultantes estén libres y la posibilidad de compartir material de forma dinámica con las herramientas virtuales disponibles de las diferentes plataformas online (Smith et al., 2020).

En función de asesorar y orientar a los padres o encargados de la crianza del adolescente en este proceso de desarrollo de la autonomía, se trabajó utilizando los cuatro tipos de apoyo mencionados anteriormente, aprovechando las ventajas de una plataforma de reuniones virtuales. El hilo conductor central de los encuentros estuvo basado en la idea de encontrar el equilibrio en las negociaciones del día a día respecto de las demandas de los adolescentes de mayor autonomía, es decir, en el proceso de cómo ir favoreciendo espacios de independencia de forma gradual y en función de las demandas del contexto particular de cada familia.

Específicamente, en la dimensión del apoyo comunicativo se utilizaron estrategias basadas en la pragmática de la comunicación humana (Watzlawick et. al, 1967/2011), en las que se construyeron junto con los padres criterios de cómo estructurar las conversaciones con sus hijos de manera de validar sus puntos de vista, a la vez de poder hacer uso de diferentes jerarquías comunicacionales según fuera conveniente. Respecto al apoyo emocional se trabajó principalmente sobre la validación de los sentimientos y emociones de los adolescentes (Rathus & Miller, 2014), y la transmisión de las propias estrategias de regulación emocional aprendidas por los miembros del subsistema parental. En cuanto al apoyo cognitivo, se resaltó la importancia de promover el pensamiento crítico y atender a las ideas recogidas por el adolescente desde otros sistemas (grupos de pares, actividades extraescolares, etc.), permitiéndose los padres también contrastar asertivamente esos puntos de vista. Para el apoyo a la toma de decisiones se utilizaron estrategias de resolución de problemas, enseñando a los padres o encargados de la crianza a identificar y definir el problema para luego adecuar medios y fines estableciendo un punto de partida y un punto de llegada y, por último, evaluar los resultados y poner en marcha de nuevo el proceso en caso de ser necesario (Wainstein, 2006). Estas estrategias se combinaron con la idea de un establecimiento claro de límites y fronteras entre los subsistemas familiares (Minuchin y Fishman, 1983/2008).

Discusión

A partir de la consideración de la importancia del desarrollo de la autonomía como una tarea central de la adolescencia se desarrollaron encuentros de orientación para padres o encargados de la crianza de adolescentes, dentro del programa de extensión "La Familia como Agente de Prevención para la Salud Mental:

Programa de Asesoramiento y Orientación a Familias" (Wittner, 2021). Para tal fin se utilizaron plataformas virtuales de reunión, en función de aprovechar las ventajas provistas por las mismas (acercamiento geográfico, adaptabilidad de los horarios libres entre consultantes y coordinadores y la posibilidad de compartir material a través de estas). Desde una mirada psicosocial resulta fundamental comprender a la familia como núcleo central del desarrollo y bienestar de todos sus miembros en una sociedad o cultura determinada. Entendiendo al contexto como constructor de la identidad y modelador de las interacciones de las personas en su vida cotidiana, se trabajó en función de promover estrategias y pautas que alentaran el desarrollo saludable de los jóvenes. Se resalta la idea de pensar estrategias de intervención que consideren a los problemas de la salud mental de los adolescentes como resultantes de procesos de socialización e interacción con los sistemas de los que forman parte. Se considera que la promoción de hábitos y prácticas saludables debería estar orientada y focalizada en estos sistemas, desde la consideración de la idiosincrasia propia de cada familia envuelta en su cultura.

REFERENCIAS

- Baldwin, S., Christian, S., Berkeljon, A., Shadish, W., & Bean, R. (2012) The effects of family therapies for adolescent delinquency and substance abuse: A meta-analysis. *Journal of Marital and Family Therapy*, 38(1), 281-304. doi:10.1111/j.1752-0606.2011.00248.x
- Brauer, J.R. (2016) Cultivating conformists or raising rebels? Connecting parental control and autonomy support to adolescent delinquency. *Journal of Research on Adolescence: The Official Journal of the Society for Research on Adolescence*, 27, 452-470. <https://doi.org/10.1111/jora.12283>
- Campbell, L.F., y Norcross, J.C. (2018) "Do you see what we see? Psychology's response to technology in mental health". *Clinical Psychology: Science and Practice*, 25(2), 1-5. <https://doi.org/10.1111/cpsp.12237>
- Campione-Barr, N. (2020) Development of autonomy. *The encyclopedia of child and adolescent development*, 1-9. DOI: 10.1002/9781119171492.wecad468
- Carr, A. (2016) *The Handbook of Child and Adolescent Clinical Psychology. A contextual approach*. Third edition. Routledge
- Carr, A. (2020) Evidence for the Efficacy and Effectiveness of Systemic Family Therapy. En K.S. Wampler, R.B. Miller, and R.B. Seedall (Eds.), *The Handbook of Systemic Family Therapy* (pp. 119-146). <https://doi.org/10.1002/9781119438519.ch6>
- Cordero-López, M.B., & Calventus-Salvador, J. (2021) Parentalidad y su efecto en la autodeterminación y el bienestar adolescente. *Revista Latinoamericana De Ciencias Sociales, Niñez Y Juventud*, 20(1), 1-23. <https://doi.org/10.11600/rlicsnj.20.1.5118>
- Dopp, A.R., Borduin, C.M., White, M.H., II, & Kuppens, S. (2017) Family-based treatments for serious juvenile offenders: A multilevel meta-analysis. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 85(4), 335-354. doi:10.1037/ccp0000183

- Douvan, E., & Adelson, J. (1966) *The adolescent experience*. Wiley
- Dutra-Thomé, L., Marques, L.F., Seidl-de-Moura, M.L., de Oliveira Ramos, D., & Koller, S. (2019) Autonomy Development: Gender and Age Differences from Adolescence to Emerging Adulthood. *Acta de investigación psicológica*, 9(2), 14-24. Epub 22 de noviembre de 2019. <https://doi.org/10.22201/fpsi.20074719e.2019.2.259>
- Erikson, E. (1968) *Identity: Youth and crisis*. Norton.
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (Octubre, 2021) *Estudio sobre los efectos en la salud mental de niñas, niños y adolescentes por COVID-19*. Buenos Aires, Argentina: UNICEF.
- Hill, J.P., & Holmbeck, G.N. (1986) Attachment and autonomy during adolescence. En G.J. Whitehurst (Ed.), *Annals of Child Development*, 3, 145-189. Jessica Kingsley Publishers
- Kouros, C.D., & Garber, J. (2014) Trajectories of individual depressive symptoms in adolescents: Gender and family relationships as predictors. *Developmental Psychology*, 50(12), 2633-2643. DOI: 10.1037/a0038190
- McCurdy, A.L., Williams, K.N., Lee, G.Y., Benito-Gomez, M., & Fletcher, A.C. (2020) Measurement of parental autonomy support: A review of theoretical concerns and developmental considerations. *Journal of Family Theory & Review*, 12(3), 382-397. <https://doi.org/10.1111/jftr.12389>
- McElhaney, K.B., Allen, J.P., Stephenson, C.J., & Hare, A.L. (2009) Attachment and autonomy during adolescence. In R.M. Lerner & D. Steinberg (2009) *Handbook of adolescent psychology* (3rd ed.). Wiley.
- McKee, G.B., Pierce, B.S., Tyler, C.M., Perrin, P.B., & Elliott, T.R. (2021) The COVID-19 Pandemic's Influence on Family Systems Therapists Provision of Teletherapy. *Family Process*. <https://doi.org/10.1111/famp.12665>
- Micucci, J.A. (2012) El trabajo con adolescentes en terapia familiar. Del síntoma al sistema. En R. Pereira (Comp.), *Adolescentes en el siglo XXI: entre impotencia, resiliencia y poder*. Ediciones Morata.
- Minuchin, S. y Fischman, H.C. (1983/2008) *Técnicas de terapia familiar*. Paidós.
- Rathus, J.H., & Miller, A. L. (2014) *DBT skills manual for adolescents*. Guilford Publications.
- Ryan, R.M., & Lynch, J.H. (1989) Emotional autonomy versus detachment: Revisiting the vicissitudes of adolescence and young adulthood. *Child Development*, 60, 340-356. doi:10.1111/j.1467-8624.1989.tb02720.x
- Ryan, R.M., Deci, E.L., & Grolnick, W.S. (1995) Autonomy, relatedness, and the self: Their relation to development and psychopathology. In D. Cicchetti & D. J. Cohen (Eds.), *Developmental psychopathology: Vol 1. Theory and methods* (pp. 618—655). Wiley.
- Skinner, E., & Edge, K. (2002) Self-determination, coping, and development. In E. L. Deci & R. M. Ryan (Eds.), *Handbook of self-determination research* (pp. 297-337). University of Rochester Press.
- Smith, K., Ostinelli, E., Macdonald, O., & Cipriani, A. (2020) COVID-19 and telepsychiatry: Development of evidence-based guidance for clinicians. *JMIR Mental Health*, 7(8), 1-27. <https://doi.org/10.2196/21108>
- Soenens, B., Vansteenkiste, M., Van Petegem, S., Beyers, W., & Ryan, R. M. (2018) How to solve the conundrum of adolescent autonomy? In B. Soenens, M. Vansteenkiste, & S. Van Petegem (Eds.), *Autonomy in adolescent development: Towards conceptual clarity* (pp. 1-32). Routledge. doi:10.4324/9781315636511
- Steinberg, L., & Silverberg, S.B. (1986) The vicissitudes of autonomy in early adolescence. *Child Development*, 57, 841-851. doi:10.2307/1130361
- Traverso, G., & Salem Martínez, T. (2020) Telepsicología durante la pandemia. *Sistemas Familiares y otros sistemas humanos ASIBA*. 36, 1, 37-48.
- Wainstein, M. (2006) *Intervenciones para el cambio*. JCE Ediciones.
- Wainstein, M., y Wittner, V. (2016) ¿Qué es una familia? En M. Wainstein, *Escritos de Psicología Social* (págs. 93-100). JCE Ediciones.
- Watzlawick, P., Bavelas, J.B., & Jackson, D.D. (1967/2011) *Teoría de la comunicación humana: interacciones, patologías y paradojas*. Herder Editorial.
- Wittner, V. (2021) La Familia como Agente de Prevención para la Salud Mental: Programa de Asesoramiento y Orientación a Familias. Universidad de Buenos Aires. Facultad de Psicología. Cátedra (158): Teoría y Técnica de la Clínica Sistémica. Buenos Aires, Argentina.
- Zimmer-Gembeck, M.J., Ducat, W., & Collins, W.A. (2011) Development of autonomy. In B.B. Brown & M. Prinstein (Eds.), *Encyclopedia of adolescence* (pp. 66-76). Elsevier.