



Comunicación asertiva y familia

Assertive communication and family

Comunicação assertiva e família

Jorge Julio Molina-Cusme ^I
jmolina@itsjapon.edu.ec
<https://orcid.org/0000-0001-9685-8287>

Paola Alejandra Espinosa-Cevallos ^{II}
pespinosa@itsjapon.edu.ec
<https://orcid.org/0000-0003-4779-5341>

Correspondencia: jmolina@itsjapon.edu.ec

Ciencias de la Educación
Artículo de Investigación

* **Recibido:** 23 de abril de 2022 * **Aceptado:** 12 de mayo de 2022 * **Publicado:** 6 de junio de 2022

- I. Instituto Superior Tecnológico Japón, Ecuador.
- II. Instituto Superior Tecnológico Japón, Ecuador.

Resumen

La comunicación es muy importante y necesaria para los seres humanos, en especial en la familia, ya que permite la interacción para expresar valores y sentimientos, necesarios para establecer buenas relaciones y vínculos saludables. Se realizó una revisión bibliográfica de las bases teóricas de la comunicación asertiva y la familia, utilizando datos científicos, lo que facilitó el análisis del tema, desde los ejes conceptuales esenciales. Los hallazgos encontrados permitieron determinar el establecimiento de los conceptos claves, los principios, tipos y la importancia de la comunicación asertiva en la familia. Concluyendo que el nivel de comunicación asertiva en la familia requiere de un trabajo de todos los miembros, ya que el alcance que tiene en el desarrollo integral de todos los involucrados, en especial en los hijos, es influenciado por el apoyo de los padres y la manera como aborden el proceso determina el éxito en las habilidades sociales, en el desempeño escolar, en la capacidad para responder ante las adversidades que se presenten, reflejando la estabilidad emocional y el desempeño sano de los aportes positivos recibidos en el hogar. El descuido en optimizar la comunicación asertiva dentro del hogar, puede ocasionar en los hijos, dificultades en los ámbitos donde se desenvuelva, y en lo personal, inseguridad, desconfianza, rabia, frustración e incapacidad para establecer relaciones interpersonales adecuadas.

Palabras claves: Comunicación asertiva; familia; relaciones interpersonales; valores.

Abstract

Communication is so important and necessary for human beings, especially in the family, since it allows interaction to express values and feelings, necessary to establish good relationships and healthy bonds. A bibliographic review of the theoretical bases of assertive communication and the family was carried out, using scientific data, which facilitated the analysis of the subject, from the essential conceptual axes. The findings found allowed to determine the establishment of the key concepts, the principles, types and the importance of assertive communication in the family. Concluding that the level of assertive communication in the family requires the work of all the members, since the scope it has in the integral development of all those involved, especially in the children, is influenced by the support of the parents and the How they approach the process determines success in social skills, in school performance, in the ability to respond to adversities that arise, reflecting emotional stability and healthy performance of the positive contributions received at home. Neglect in optimizing assertive communication within the home can cause

difficulties in children in the areas where they operate, and personally, insecurity, distrust, anger, frustration and inability to establish adequate interpersonal relationships.

Keywords: Assertive communication; family; interpersonal relationships; values.

Resumo

A comunicação é muito importante e necessária para o ser humano, principalmente na família, pois permite a interação para expressar valores e sentimentos, necessários para estabelecer bons relacionamentos e vínculos saudáveis. Foi realizada uma revisão bibliográfica das bases teóricas da comunicação assertiva e da família, utilizando dados científicos, que facilitaram a análise do assunto, a partir dos eixos conceituais essenciais. Os achados encontrados permitiram determinar o estabelecimento dos conceitos-chave, os princípios, os tipos e a importância da comunicação assertiva na família. Concluindo que o nível de comunicação assertiva na família exige o trabalho de todos os membros, uma vez que a abrangência que tem no desenvolvimento integral de todos os envolvidos, principalmente nos filhos, é influenciada pelo apoio dos pais e pela forma como abordam o processo determina o sucesso nas habilidades sociais, no desempenho escolar, na capacidade de responder às adversidades que surgem, refletindo a estabilidade emocional e o desempenho saudável das contribuições positivas recebidas em casa. A negligência em otimizar a comunicação assertiva dentro de casa pode causar dificuldades nas crianças nas áreas em que atuam, e pessoalmente, insegurança, desconfiança, raiva, frustração e incapacidade de estabelecer relacionamentos interpessoais adequados.

Palavras-chave: Comunicação assertiva; família; relações interpessoais; valores.

Introducción

La comunicación es una de las herramientas más importante con la que cuentan los seres humanos, para expresarse entre ellos y construir vínculos dentro de la sociedad, y desde la familia se comienza esta labor. A lo largo del tiempo, lamentablemente ha comenzado a disminuir el adecuado proceso comunicacional, ocasionando conflictos familiares y personales, que se evidencian en las distintas esferas donde los miembros de una familia se desenvuelven en la cotidianidad. Por ello, este estudio buscó conocer e identificar el impacto que tiene la comunicación

asertiva en la familia, y la incidencia en los vínculos, las relaciones y los comportamientos dentro y fuera del núcleo familiar.

La comunicación asertiva como estrategia, se encuentra en el centro de dos comportamientos que son opuestos: la agresividad y la pasividad (1), la actitud presente entre dos individuos a la hora de comunicarse, se expresa en el lenguaje tanto verbal como corporal, los gestos, el tono de voz, debe corresponder con el valor y el respeto al derecho del otro, donde se evite la agresión o el perjuicio (2).

Lo que implica que el debido equilibrio entre ambas conductas (lo agresivo y lo pasivo) determina un funcionamiento adecuado entre la percepción y la interacción que establezcan los individuos, para lograr un aporte positivo y de superación de conflictos en los ámbitos familiares, personales, sociales, laborales, educativos, donde se desempeñan los miembros de una familia.

Siendo la comunicación el principal recurso que posee una persona con el entorno, es de vital importancia considerar y establecer como se da la convivencia y las interacciones con las demás personas, los recursos con los que cuenta para que se favorezcan las relaciones y el cumplimiento de las exigencias sociales presentes (3).

Metodología

Se realizó una revisión bibliográfica de los últimos años donde se incluyeron tesis, artículos científicos y revisiones publicadas en repositorios y revistas, con el propósito de explorar bases teóricas en cuanto a la comunicación asertiva y la familia, para definir y describir los conceptos involucrados, finalizando con las investigaciones que han estudiado sobre este tema, considerando el impacto que se tiene en la sociedad cuando se utiliza la comunicación asertiva desde ambientes primarios como en la familia, y los resultados que se desprenden de ello.

Desarrollo

Comunicación Asertiva

Se puede definir como la que está determinada por un correcto equilibrio entre las reacciones agresivas y las no agresivas, tomando en consideración tanto el respeto propio como por las demás personas (4). Lo que indica que cada persona debe desarrollar la capacidad de responder adecuadamente a los conflictos en las relaciones interpersonales, debido a que cada individuo posee sentimientos, creencias y percepción, que lo distingue de los demás, pero teniendo presente que se

deben de considerar esas diferencias, para un manejo adecuado y precavido, que evite una confrontación negativa, que cause frustraciones y tensiones.

En la comunicación asertiva se da una interacción que permite el establecimiento de relaciones, donde están implícitos comportamientos respetuosos, honestos y positivos, que facilita el vínculo comunicacional con las demás personas para abordar situaciones diversas (5). Lo que indica que esta manera de comunicarse no es agresiva, ni depende de la voluntad de otros, sino que permite que se manifieste los criterios con respeto. Por ende, facilita la expresión directa, congruente y equilibrada, con un estado de autoconfianza por parte de la persona, alejando cualquier limitación desde la emocionalidad negativa, como la culpa, la ansiedad o la rabia (6).

Por ello la importancia de la comunicación asertiva, que al ser una habilidad que facilita la resolución de conflictos de manera acertada, permite que los seres humanos interactúen en todos los ámbitos (sociales, personales, familiares, educativos, culturales, laborales, profesionales) de manera óptima, manifestando los pensamientos, emociones y sentimientos, con el respeto y la tolerancia que amerita, sin poner en riesgo el derecho de los demás (7).

Principios de la comunicación asertiva

Varios autores definen los principales principios de la comunicación asertiva (4,8–10):

- Empatía: facilita que en las relaciones interpersonales se pueda comprender a la otra persona, poniéndose en su lugar, beneficiando así el vínculo comunicacional.
- Autoestima: permite que cada individuo posea una percepción de sí mismo de manera adecuada, con la congruencia pertinente desde sus pensamientos, emociones, valores, capacidades, aptitudes y comportamientos para afrontar las situaciones, logrando una manera saludable para comunicarse con las demás personas.
- Confianza: cada individuo puede tener un valor y aprecio personal, que no tiene que ser reforzado por los demás, lo que le permite expresar con libertad lo que piensa, respetando el derecho del otro, con criterio propio para opinar con firmeza, teniendo una escucha para el otro, que permite clarificar las percepciones opuestas de los demás, además de que conlleve a un aprendizaje personal y social.

- Escucha activa: en las relaciones interpersonales es importante la presencia de la escucha, para lograr una comunicación asertiva es necesario que se escuche con atención lo que el otro dice, para lograr armonía en el desarrollo de la relación.

Todos estos principios conllevan a determinar que para que se logre una mejor comprensión comunicacional con las demás personas, el individuo debe considerar las emociones del otro, tener confianza y seguridad en sí mismo para valorar tanto la opinión personal como la del otro, y prestar atención de manera oportuna y adecuada.

Familia

La familia es la base de la sociedad, es la institución más antigua que le permite al hombre hacer una regulación de la conducta. Descansa sobre diferentes funciones que facilita el desarrollo, protección y bienestar integral de todos los miembros (11). Es un núcleo enmarcado en tradiciones y costumbres, que pueden diferir unas de otras, donde se establecen los primeros principios de la vida, como los valores, los derechos, los deberes, las leyes, entre otros. Está compuesta por un grupo de personas, padre e hijos, que tienen vínculos entre sí y cumplen funciones particulares, que permiten el provecho y el beneficio de todos los miembros (12).

Constituye el primer paso de aprendizaje donde a través de la comunicación, se adquieren herramientas y maneras de mirar el mundo y desenvolverse en él, desarrollando autoconciencia, capacidad adaptativa, el manejo de conflictos, modificación de conductas en base a los valores y las creencias establecidas y aprendidas en el núcleo familiar, a lo largo del tiempo y con los acercamientos oportunos para que se logre (12).

Dentro del marco familiar existe una cultura relacional, donde por medio de la comunicación se hace una transacción de ideas, de mensajes verbales directos, que pueden resultar muy valiosos si se realizan de manera asertiva, considerando las implicaciones que tienen en los distintos ámbitos donde se comparte con los demás que no pertenecen a la familia.

Por ello, muchos consideran a la familia como una comunidad, un grupo de personas que se relacionan entre sí, con una intensa relación afectiva, que permite que haya una constante retroalimentación de los comportamientos entre los miembros. Además, se construye un espacio donde se desarrolla el sentido de pertenencia e identificación, que no es temporal, sino que define el carácter de los individuos y los prepara para la sociedad. En este sentido, la familia también comparte metas y objetivos comunes, que facilita la unidad del grupo, y despliega

responsabilidades y funciones en pro del plan elaborado para que cada uno ejecute aportes indispensables para lograrlos (13).

Tipos de familias

En las familias existen dos dimensiones importantes para establecer los patrones de comunicación que son la orientación de la conversación y de la conformidad. La primera tiene que ver con que todos los miembros de la familia tienen constantes interacciones y se motivan entre sí, mientras que la segunda, tiene que ver con lo homogéneo que tiene la familia, como los valores, las creencias y las actitudes, la manera como se logra la obediencia de los hijos para con los padres y otras figuras mayores (14).

De esto se desprende las distintas interacciones que se logran en cuatro tipos de familias:

- Familias consensuales: tienen mucha orientación de la conversación y orientación de alta conformidad, que hacen sentir a los hijos protegidos, ya que hay interés en la escucha y dan los aportes necesarios para generar comprensión, con los criterios que la familia maneja dentro de los valores y formas de actuar.
- Familias pluralistas: tienen mucha orientación de la conversación y orientación de baja conformidad, en estas familias hay aceptación de las actitudes de los hijos y todos están inmersos en la toma de decisiones, sin tener claridad de los valores y creencias que poseen.
- Familias protectoras: hay baja orientación a la conversación y alta orientación a la conformidad, en estas familias los padres son los que toman las decisiones por todos los miembros.
- Familias laissez-faire: tienen poca orientación a la conversación y orientación de baja conformidad, en este tipo de familias los padres tienen poca o ninguna comunicación con los hijos, lo que los pone en riesgo a la hora de tomar decisiones, existe ausencia emocional por parte de los padres, lo que expone a los hijos a distintas amenazas (14).

Por lo tanto, estos tipos de familias tienen una manera particular de relacionarse entre sí, lo que indica que se debe considerar si se está usando o no la comunicación asertiva dentro del núcleo familiar, ya que siempre habrá consecuencias tanto positivas como negativas en el desarrollo integral de la familia.

Comunicación asertiva en la familia

En los últimos años, la comunicación familiar se ha visto afectada por problemáticas de separaciones de los padres y por la migración, ocasionando inestabilidad emocional en los miembros de la familia, en especial los hijos, que conlleva a una serie de situaciones conflictivas, tales como baja autoestima, violencia escolar, consumo de sustancias, embarazos a temprana edad, dificultad para vincularse con los demás, entre otros (12).

La familia es un agente que hace contención, a través de la cercanía emocional, el tiempo de calidad, la comunicación oportuna y asertiva, los padres contribuyen en la formación de los lazos de unión familiar y en el desarrollo de personas nutridas positivamente para enfrentar los retos de la vida.

Es así como la comunicación asertiva favorece el bienestar de los integrantes de una familia; cuando los hijos experimentan cercanía y afecto, que permite el fortalecimiento de los vínculos, pueden enfrentar con más recursos las situaciones que enfrentan, en los contextos escolares y sociales (15). Por ello, la importancia de la intervención de los padres, en la formación de los hijos, ya que es un espacio donde se les brinda protección, valores, estabilidad, sentido de pertenencia, que son herramientas necesarias para el establecimiento de vínculos fuera del ámbito familiar (16). Por lo tanto, la familia debe utilizar una comunicación que funcione para conseguir una manera adecuada de como los hijos socializan con las demás personas, además de la satisfacción de las necesidades emocionales existentes en cada miembro, que permita una mejor calidad en la relación conyugal de los padres, que conlleve a una participación activa en la sociedad, con estas contribuciones que nutren la vida personal y social de todos en la familia (1).

En un estudio realizado en Bogotá, que tuvo como finalidad la comprensión de las experiencias de comunicación asertiva entre padres e hijos, donde se utilizó la metodología cualitativa con técnica del análisis fenomenológico; se determinó que la relación de los padres con sus hijos debe estar enfocada en los valores y en el fortalecimiento de los vínculos familiares de manera asertiva, para la obtención de prácticas conductuales adecuadas de los hijos (1).

En esta investigación se intentó estimular a los miembros de la familia para que aprendan a dar aportes positivos y de superación ante los distintos conflictos que se presentan en la dinámica familiar, logrando una solución rápida y asertiva. Además, se intentó disminuir los distintos comportamientos y vivencias conflictivas, utilizando la comunicación asertiva, con el respeto y la

claridad que puede estar presente entre los padres y los hijos, que permita lograr la creación de vínculos de confianza y fortalecimiento de la relación entre los miembros de la familia (1).

Todo esto determina que la comunicación asertiva en la familia garantiza un desarrollo saludable para todos los miembros, generando mejoras en las habilidades sociales, en el desempeño escolar, en la estabilidad emocional, en la autoestima, y en la disminución de abuso de alcohol, tabaco y otras sustancias (17).

Dado que la comunicación asertiva en la familia ha generado distintos estudios, que explican y dan respuestas a las interrogantes en cuanto a la mejor manera de implementar estrategias para que se logren resultados indispensables en el transitar de los miembros del hogar, es necesario hacer una revisión de las concepciones y el modelo a seguir para que se alcance la efectividad comunicacional (13).

Por eso, para construir un espacio de comunicación positiva es necesario considerar los siguientes principios:

1. La importancia de la construcción de relaciones padres e hijos en positivo: se debe hacer una toma de conciencia sobre el peso socializador que tiene la familia, por ser el primer espacio donde el niño se desenvuelve, donde tiene los primeros aprendizajes en cuanto a lo afectivo y lo social, que repercutirá en cómo mirará y actuará en la sociedad.
2. El valor adecuado del aprendizaje vicario: los hijos aprenden por imitación a las conductas de los padres, tanto de lo bueno como de lo malo, por ello el establecimiento de normas y valores que todos cumplan dentro del hogar es vital, para que sea un estilo de vida de todos los miembros de la familia.
3. El clima emocional está vinculado a la formación de individuos: se hace importante que exista en la familia un ambiente de seguridad y comodidad para que se dé una expresión y comprensión adecuada de los sentimientos de cada miembro. La presencia de abrazos, acercamiento, manifestaciones de cariño, para crear un espacio donde se demuestre el amor y que haya la libertad de expresarlo, también los sentimientos negativos, como la rabia, la ira, la tristeza, pueden expresarse, para que se abra el espacio de conversarlos e intentar canalizarlos, con apoyo y consuelo.
4. Propiciar el crecimiento y desarrollo personal: cada ser humano es único y posee su propia personalidad, aunque se parezcan a los padres en rasgos y gestos, los hijos no son copias de ellos, son diferentes, con criterios propios y maneras particulares de percibir lo que ocurre. Se

debe evitar las frustraciones o las desilusiones cuando esto se observa, ya que en la familia se está construyendo la identidad personal de cada individuo, con sus particularidades y especificaciones.

5. El respeto dentro de la familia construye sentimientos positivos de autopercepción: la exigencia de respeto debe venir acompañada por la reciprocidad, cada individuo tiene un espacio, un cuerpo, una manera de relacionarse con los demás, así que, la familia debe ser un ambiente donde haya paz, tranquilidad y sosiego, para que todos los miembros crezcan y se desarrollen (13).

Por otra parte, para llevar a la práctica una comunicación asertiva desde el diálogo en la familia, hay que seguir las siguientes pautas:

- Distribución de normas, tareas y responsabilidades que deben ser habladas previamente para el análisis y la comprensión de todos los miembros de la familia.
- La toma de decisiones debe ser con todos los miembros del núcleo familiar, para que cada uno manifieste su opinión y realice sus aportes.
- El respeto a las opiniones y manera de pensar de cada individuo permite el desarrollo de las habilidades asertivas, haciéndose las peticiones acordes a las necesidades de cada uno, con la mejor disposición a la escucha con respeto.
- La consideración en la comunicación no verbal a la hora de escuchar las opiniones de los demás, para que sean congruentes con lo que se dice.
- La presencia de congruencia y coherencia con lo que se dice y el cómo se actúa, para que las palabras expresadas tengan valor para los demás miembros, se debe acompañar con el ejemplo, para que no se pierda el valor en el proceso comunicacional.
- Tener empatía con los demás miembros cuando están expresando sus sentimientos y emociones, con la presencia de una escucha adecuada y eficaz, que permite la capacidad de apoyo emocional y la disposición de ayudar al otro.
- La capacidad de expresar con autenticidad cuando se cometen errores, lo que genera la disposición de pedir disculpas de manera adecuada. También ser auténtico facilita dar elogios a los demás miembros cuando se esfuerzan por lograr objetivos planteados (13).

Considerar estos principios y estas pautas en la comunicación asertiva en la familia, garantiza un ambiente emocional fluido, además de la preparación de individuos sanos y con madurez para enfrentar los retos sociales y el desempeño en los distintos roles que ejercen en la cotidianidad.

Conclusiones

La comunicación es un proceso necesario para el ser humano, dentro de muchos ámbitos se ha señalado la importancia de tenerla como una herramienta para contribuir al desarrollo integral que cada individuo cuando se enfrenta a los retos de la vida diaria. Por ello, este estudio intentó describir como se da la comunicación asertiva dentro de la familia, por ser este el primer escenario que tiene la responsabilidad de inculcarla, y dar pautas para mejorar la manera de comunicarse, que repercute en las relaciones afectivas y sociales dentro y fuera del hogar.

Al ser la familia un espacio donde se establecen metas colectivas y personales, cada miembro debe aportar en función a las responsabilidades y deberes que les compete, para que se logre la construcción y organización de herramientas que les permiten el crecimiento familiar y personal, útil y necesario para los distintos roles a desempeñar en otros escenarios.

Por ello, la familia debe conocer estrategias comunicativas que le permitan construir con sus hijos unas bases positivas, tomando en consideración los cambios generacionales existentes (los avances tecnológicos, las redes sociales), que están presentes y que con el uso inadecuado pueden obstruir el paso para esta construcción tan necesaria en la vida personal de cada miembro del núcleo familiar.

En este estudio se hizo una descripción de algunos principios necesarios para que la comunicación en la familia sea positiva y asertiva, tomando en consideración que este es el primer ambiente que posee el niño para aprender normas y valores que por imitación y congruencia desde lo que se dice y lo que se hace, construirán las bases emocionales para enfrentarse a los retos sociales.

Además, hay que considerar el uso adecuado del diálogo dentro de la familia, con una escucha activa, para generar un ambiente de confianza donde se puedan expresar los sentimientos tanto positivos como negativos, que conlleve a canalizarlos, a reconocerlos, dando el apoyo y el acompañamiento oportuno. Finalmente, hay que hacer un reconocimiento de la importancia de la comunicación asertiva en la familia, por el aporte vital que da en la formación de individuos sanos, con criterios y valores para seguir en la construcción de la sociedad.

Referencias

1. Guevara L, Pinzón N, Osorio M. Comunicación asertiva entre padres y adolescentes. *Revista Estudios Psicológicos*. 2021;1(4):51-79.

2. Vázquez CMR, Vila ERF, Tamayo VMB, Pompa YC. El desarrollo de la comunicación asertiva en los estudiantes de la carrera Licenciatura en Logopedia de la Universidad de Granma, Cuba. *Dilemas contemporáneos: Educación, Política y Valores*. 2019;7(1):1-24.
3. Medina Borges RMM. La asertividad como estilo de comunicación: ¿derechos o deberes? *Rev Cub de Tec de la Sal*. 2017;8(2):61-9.
4. Caridad M, Cardeño N, Cardeño E, Castellano MI. Contribuciones de la comunicación asertiva en la resolución de conflictos dentro de instituciones de educación superior. 2017;38(50):1-13.
5. Robbins SP, Judge TA, Enriquez Brito J. *Comportamiento organizacional*. México: Editorial Pearson; 2013.
6. Montesdeoca Zambrano ME, Zambrano Intriago GZG. La comunicación asertiva: una necesidad en la formación de los tutores que laboran en la Casa de Acogimiento Hogar de Belén en el sitio el Rodeo de Portoviejo. *Revista Pertinencia Académica* ISSN 2588-1019. 2018;6(1):119-32.
7. Peñafiel-Villagómez, Denisse Yadira, García-Montero, Guadalupe Estefanía. La efectividad de la comunicación asertiva en la gestión Educativa del Colegio de Bachillerato Técnico “Simón Bolívar”. *593 Digital Publisher CEIT*. 2021;6(2):156-73.
8. José Gómez FSJ. *La Comunicación*. *Salus*. 2016;20(3):5-6.
9. Martínez J, Méndez I, Sevilla J. Burnout y empatía en cuidadores profesionales de personas mayores. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*. 2015;5(3):325-33.
10. Simón M del M, Molero M del M, Pérez-Fuentes M del C, Gázquez JJ, Barragán AB, Martos Á. Análisis de la relación existente entre el apoyo social percibido, la autoestima global y la autoeficacia general. *EJHR*. 2017;3(2):137-49.
11. Siddiqui S, Sanyal DN, Agarwal S. Family Environment, Assertiveness and Social Connectedness in Intermediate Students. 2021;9(5):1-8.
12. Jara Tustón MJ. *La comunicación familiar y la asertividad de los adolescentes de noveno y décimo año de educación básica del Instituto Tecnológico Agropecuario Benjamín Araujo del Cantón Patate*. [Ambato]: Universidad Técnica de Ambato; 2014.
13. Crespo Comesaña JM. *Bases para construir una comunicación positiva en la familia*. 2011;9(2):91-8.

14. Nakhaee S, Vagharseyyedin SA, Afkar E, Mood MS. The Relationship of Family Communication Pattern with Adolescents' Assertiveness. *Mod Care J.* 2017;14(4):1-9.
15. Ramírez González MJR, Álvarez-Aguirre A, Huerta MI, Tolentino Ferrel M del R. Intervención en padres para favorecer la autoeficacia en comunicación sobre sexualidad: Resultados preliminares. 2021;18(1):116-36.
16. Valdés Cuervo ÁA. Familia y desarrollo: Intervenciones en terapia familiar. México: Editorial El Manual Moderno, S. A.; 2013.
17. Molina MF, Raimundi MJ, Schmidt V, Leibovich de Figueroa N. La comunicación entre padres e hijos: su influencia sobre el disfrute y el flow adolescente. *Revista de Psicología.* 2017;26(2):1-14.