



Efectos de las prácticas de comunicación parental en las conductas internalizantes en adolescentes*

Cómo citar este artículo:

Trujillo-Galeano, A., Andrade-García, L. A. y Puentes-Barcenas, K. K. (2023). Efectos de las prácticas de comunicación parental en las conductas internalizantes en adolescentes. *Revista Latinoamericana de Estudios de Familia*, 15(1), 129-144. <https://doi.org/10.17151/rlef.2023.15.1.7>

ANGELA TRUJILLO-GALEANO*
LAURA ALEJANDRA ANDRADE-GARCÍA**
KARLA KARIME PUENTES-BARCENAS***

Recibido: 13 de abril de 2022
Aprobado: 07 de marzo de 2023

Resumen. La adolescencia es una etapa de transición que incluye cambios físicos, cognitivos, emocionales, conductuales y sociales, debido a ello, el rol de los padres durante esta etapa es muy complejo, la estabilidad y el equilibrio de estos factores están sujetos al tipo de relación y comunicación que los padres han establecido con sus hijos. Objetivo: describir los efectos de las prácticas de comunicación parental en las conductas internalizantes desde la perspectiva de un grupo de adolescentes pertenecientes a una institución educativa de Medellín (Antioquia). Metodología: se utilizó un enfoque cualitativo con un diseño fenomenológico de alcance descriptivo-comprensivo. El instrumento aplicado fue la entrevista semiestructurada y el grupo focal contó con una muestra de nueve participantes. Resultados: se encontró que los adolescentes que presentaban conductas de depresión como bajos estados de ánimo, tristeza, sentimientos de soledad e inseguridad, desmotivación, baja autoestima y ansiedad, manifestaron poca cercanía con los padres, "cohesión" percibida en la carencia de expresiones afectivas por parte de ellos. Entre los hallazgos se

* Magíster en Psicología Clínica y magíster Neuropsicología y educación. Corporación Universitaria Minuto de Dios. Bogotá, Colombia. Correo electrónico: angelatg1308@gmail.com

 orcid.org/0000-0002-8581-5991 **Google Scholar**

** Psicóloga. Corporación Universitaria Minuto de Dios. Bello, Colombia. Correo electrónico: landradegar@uniminuto.edu.co

 orcid.org/0000-0002-8594-8313

*** Psicóloga. Corporación Universitaria Minuto de Dios. Bello, Colombia. Correo electrónico: kpuentesbar@uniminuto.edu.co

 orcid.org/0000-0003-0147-5692

DOI: 10.17151/rlef.2023.15.1.7

Revista Latinoamericana de Estudios de Familia, 15(1), enero-junio 2023, 129-144

ISSN 2145-6445 (Impreso)
ISSN 2215-8758 (En línea)



encontró, que los adolescentes que manifestaron experiencias de comunicación parental desde la "inflexibilidad" (imposición de normas con expresiones rígidas, tonos rígidos, amenazas de castigos y comunicación impuesta por los padres), presentaban conductas internas de depresión, ansiedad e inseguridad. Conclusiones: uno de los aspectos que influye en el bienestar y la calidad de vida de los adolescentes son las prácticas de comunicación parental, por lo que se destacó la importancia de la psicoeducación a los padres en relación con estas habilidades y el funcionamiento familiar.

Palabras claves: Adolescencia, prácticas de comunicación parental, conductas internalizantes, cohesión, flexibilidad, familia.

Effects of parental communication practices on internalizing behaviors in adolescents

Abstract. Adolescence is a transition stage that includes physical, cognitive, emotional, behavioral and social changes. Because of this, the role of parents during this stage is very complex, and the stability and balance of these factors are subject to the type of relationship and communication that parents have established with their children. Objective: to describe the effects of parental communication practices on internalizing behaviors from the perspective of a group of adolescents belonging to an educational institution in Medellín (Antioquia). Methodology: a qualitative approach was used with a descriptive-comprehensive phenomenological design. The applied instrument was the semi-structured interview and the focus group had a sample of nine participants. Results: it was found that adolescents who presented depressive behaviors such as low mood, sadness, feelings of loneliness and insecurity, demotivation, low self-esteem and anxiety showed little closeness with parents, "cohesion" perceived in the lack of affective expressions by them. Among the findings, it was found that adolescents who manifested experiences of parental communication from "inflexibility" (imposition of rules with rigid expressions, rigid tones, threats of punishment and communication imposed by the parents) presented internal behaviors of depression, anxiety and unsafety. Conclusions: one of the aspects that influences the well-being and quality of life of adolescents are parental communication practices,

reason why the importance of psychoeducation for parents in relation to these skills and family functioning was highlighted.

Keywords: Adolescence, parental communication practices, internalizing behaviors, cohesion, flexibility, family.

Introducción

La adolescencia es una etapa de transición entre la niñez y la adultez que implica cambios físicos, cognoscitivos y psicosociales (Organización Mundial de la Salud [OMS], 2021; Papalia *et al.*, 2012), que conlleva a explorar intereses, creencias, valores, metas personales y a buscar una mayor autonomía por fuera del contexto familiar. Este sentido emergente de identidad propia en el adolescente puede conducir a conflictos entre los miembros de la familia, lo cual requiere una renegociación y reorganización continua de la relación (Papalia *et al.*, 2012). Las dinámicas parentales en las que se desenvuelve el adolescente inciden en su desarrollo cognoscitivo, psicosocial y emocional (Güemes *et al.*, 2017), por ello, las relaciones y entornos familiares protectores permiten que los adolescentes alcancen su máximo potencial de desarrollo cognitivo, adquieran estabilidad emocional y conductual, y mejoren su capacidad de resiliencia frente a la adversidad; mientras que las experiencias negativas pueden ocasionar conductas, emociones y cogniciones disfuncionales (Unicef, 2021), y así carecer de habilidades de afrontamiento, las cuales repercuten en el rendimiento académico y en la salud mental (Dolev-Cohen & Ricon, 2022; Sahithya & Vijaya, 2021).

Las dinámicas parentales enmarcadas en prácticas de comunicación (entre padres e hijos), se pueden clasificar de acuerdo con el modelo circumplejo desarrollado por el sociólogo estadounidense David Olson, profesor de la Universidad de Minnesota y experto en temas de familia, en tres dimensiones: cohesión, flexibilidad y comunicación. La dimensión de cohesión refiere a la conexión que los miembros de la familia tienen entre sí, la cual resulta equilibrada al manifestarse expresiones de cercanía emocional, límites, coaliciones, toma de decisiones, tiempos, espacios, amigos, intereses y recreación. Las familias desequilibradas en este aspecto tienen poca vinculación afectiva y mucha independencia personal donde predomina lo propio (tiempo, espacio e intereses separados) por encima del otro, lo que dificulta la resolución de conflictos entre sí.

Las familias de cohesión extrema tienden a ser muy dependientes, hay poco espacio privado y los intereses se mueven dentro del contexto familiar, dejando por fuera lo personal y social. La dimensión de flexibilidad es la capacidad de cambios en las relaciones sobre los roles, reglas, normas de relación, estilos de negociación y liderazgo

(control, disciplina) que experimenta la familia. Existen cuatro niveles de flexibilidad, identificados en familias rígidas, estructuradas, flexibles y caóticas. Las familias flexibles y estructuradas favorecen el funcionamiento familiar, dado que las primeras se caracterizan por una orientación democrática para la toma de decisiones por parte de los padres, las negociaciones son más abiertas e incluyen activamente a los hijos, los roles se comparten, hay cambios fluidos cuando es necesario y las reglas se pueden cambiar según sean apropiadas para la edad, en tanto que, las familias estructuradas tienden a tener roles algo democráticos, algunas decisiones son compartidas y hay pocos cambios en las normas establecidas firmemente por los padres. Las familias rígidas y caóticas, por el contrario, implican un funcionamiento problemático a medida que los adolescentes avanzan en su vida, debido a que cuando los padres son quienes ejercen mayor control sobre los hijos en las decisiones, las negociaciones son limitadas y los roles están estrictamente definidos, y en la relación parental caótica los roles son más indefinidos y la autoridad no es reflejada. La dimensión de comunicación facilita el conocimiento de la capacidad de escucharse y dialogar unos a otros, basados en el respeto por las opiniones y la expresión de los sentimientos. Las familias con una comunicación positiva tienden a ser más equilibradas y funcionales en comparación con las que están desequilibradas y extremas por una comunicación negativa. En los sistemas familiares, el modelo circumplejo posibilita comprender la dinámica y los cambios que van emergiendo entre los miembros de la familia con el transcurso del tiempo según lo ameritan las situaciones a las que se enfrentan, a su vez, la comunicación cumple la función de ser una facilitadora de las otras dos dimensiones (cohesión y flexibilidad) para lograr un diagnóstico relacional y funcional del sistema familiar (Olson, 2000).

Las dinámicas parentales, enmarcadas desde las prácticas de comunicación (cohesión, flexibilidad y comunicación) inciden en el proceso del desarrollo psicológico, afectivo y conductual de los hijos, especialmente durante su adolescencia. Si durante este periodo de vida, las prácticas de comunicación se dan de forma negativa contribuye a problemas emocionales (Caqueo *et al.*, 2020; González *et al.*, 2019; Serna *et al.*, 2020), relacionados con conductas internalizantes como la inestabilidad del estado de ánimo, obsesiones, problemas somáticos, nerviosismo, inseguridad, miedos, fobias, tristeza, apatía, disforia, inquietud, tensión, preocupación y culpabilidad (Schoeps *et al.*, 2021), sentimientos frágiles, baja autoestima y una inadecuada planificación de la vida (Barboza *et al.*, 2017). Las dinámicas parentales basadas en una práctica de comunicación en donde los padres son autoritarios pueden propiciar síntomas depresivos, conductas de autolesiones no suicidas en los adolescentes (Liu *et al.*, 2022), agresividad, estados de ánimo disfóricos (Hogye *et al.*, 2022), comportamientos y emociones disfuncionales (De Clercq *et al.*, 2022).

Las familias con una práctica de comunicación rígida tienden a sostener una relación en la cual los hijos son receptores pasivos, al estar caracterizada por formas de habla rígida y jerarquía establecida por parte de los adultos mayores a través de

valores que pretenden imponer en el comportamiento deseado del otro, omitiendo una comunicación abierta que considere las emociones, intereses o la oportunidad de expresar las propias opiniones (Álvarez *et al.*, 2019). Las dinámicas parentales en torno a una práctica de comunicación cohesiva desequilibrada (ausencia de conexiones, sin límites, carente de toma de decisiones, sin tiempos y espacios para compartir entre los miembros de la familia) conducen a un inadecuado desarrollo psicológico, emocional y cognitivo (Galvis *et al.*, 2022; Ruyi *et al.*, 2022; Speyer *et al.*, 2022; Vegas y Fuente, 2020), como la baja autoestima, inflexibilidad psicológica, conductas agresivas, síntomas de ansiedad (Beato *et al.*, 2016), síntomas de depresión (Gómez *et al.*, 2021), falta de afrontamiento emocional, carencia de autoeficacia para lidiar con la ira y la tristeza (Peng *et al.*, 2021).

Cuanto más positivamente sean percibidas por los adolescentes las prácticas de comunicación parental desde la cohesión y flexibilidad, mayor es el desarrollo de la autoestima, de la capacidad de resiliencia frente a la adversidad y de la estabilidad emocional y conductual (Rodríguez y Cortés, 2017; Dill *et al.*, 2017).

Aunque las conductas internalizantes se asemejan con las presentadas en los adultos, no se manifiestan de manera clara durante la adolescencia, lo cual precisa la necesidad de realizar una evaluación que posibilite identificarlas junto con las dinámicas familiares desencadenantes (López-Soler *et al.*, 2010), para entonces, mediante la intervención en estos factores, reducir el riesgo que puedan originar (Liu *et al.*, 2022).

Justificación

A pesar de que la familia es un sistema complejo, es fundamental para el desarrollo del adolescente al facilitar procesos de socialización, educación y cuidado (Bernal-Martínez de Soria, 2016). Por lo que es importante la percepción y las expectativas que estos tienen frente a sus familias, en especial del rol que juegan para ellos los cuidadores, puesto que son estos los responsables de generar experiencias positivas, prodigar cuidado, afecto, guía y dirección en el proyecto de vida (Infante y Martínez, 2016). Durante la etapa de la adolescencia, el vínculo afectivo por parte de los padres se destaca, dado que los hijos necesitan del cuidado, la atención, el consejo y la comunicación recíproca que posibilita el crecimiento, fortalecimiento y satisfacción de las necesidades emocionales (Ramírez, 2018); asimismo, la comunicación entre padres y adolescentes conlleva a la resolución de conflictos y emociones positivas (Arellanos y Arellanos, 2019).

Las situaciones cotidianas presentes en la familia están ligadas a las perspectivas que tienen propiamente cada uno de los miembros, en especial los más pequeños, de manera que, en ese proceso interactivo se pueden dar experiencias negativas que afectan en sí a las relaciones dentro de la familia por el uso inadecuado de la comunicación.

Debido a ello, el propósito de este estudio es describir los efectos de las prácticas de comunicación parental en las conductas internalizantes, desde la perspectiva de un grupo de adolescentes, el cual permite que los profesionales que tienen contacto con familias puedan contar con información que facilite crear y plantear intervenciones encaminadas a fortalecer los vínculos entre padres e hijos. También sirve como guía para que los padres puedan identificar el tipo de comunicación que tienen con sus hijos y comprender los efectos de estas para las conductas internalizantes. Además, contribuye a ampliar las bases de datos para estudiantes y profesionales que estén interesados en el tema, debido a que en la actualidad son pocos los trabajos investigativos con una metodología cualitativa, que reúnan y describan las dos categorías de análisis anteriormente mencionadas. También puede ser útil como base para otras investigaciones sobre los estilos de crianza y las consecuencias en variables: afectivas, conductuales, cognitivas y sociales.

Metodología

Esta investigación se enmarcó en un enfoque cualitativo mediante un diseño hermenéutico fenomenológico con alcance descriptivo-comprensivo (Creswell, 2007), en tanto que, este estudio permitió que cada uno de los participantes interpretara y refiriera un significado a la experiencia vivida, mientras que al investigador posibilitó contextualizar las experiencias, indagar y hacer análisis con el fin de comprender el comportamiento del ser humano.

Participantes

Nueve adolescentes estudiantes de una Institución Educativa de la ciudad de Medellín-Colombia, quienes fueron seleccionados como muestra oportunistas por conveniencia (Creswell, 2007), debido a que se incluyeron adolescentes que eran accesibles para la investigación.

Categorías de análisis

Las categorías de análisis utilizadas fueron:

- *Prácticas de comunicación parental*: se refieren a la comunicación entre padres e hijos, la cual se puede expresar en tres dimensiones: cohesión, flexibilidad y comunicación. La cohesión se refiere a la conexión que los miembros de la familia tienen entre sí, manifestada en expresiones de cercanía emocional, límites, coaliciones, toma de decisiones, tiempos, espacios, amigos, intereses y recreación. La flexibilidad es la capacidad de realizar cambios en las relaciones sobre los roles, reglas, normas

de relación, estilos de negociación y liderazgo (control, disciplina) que experimenta la familia. La comunicación resulta ser la facilitadora de las otras dos dimensiones en la dinámica parental, y posibilita el conocimiento de la capacidad de escucharse y dialogar unos a otros (Olson, 2000).

- *Conductas internalizantes*: se refiere a síntomas emocionales y cognitivos como la tristeza, miedo, llanto, ansiedad, conductas suicidas, quejas somáticas, preocupación y baja autoestima (Alarcón-Parco y Bárrig-Jó, 2015).

Técnicas de recolección de información

Se utilizó la entrevista semiestructurada para abordar individualmente las categorías de análisis, las cuales luego se ampliaron mediante el grupo focal.

Procedimiento

Los participantes firmaron un consentimiento informado luego de que sus respectivos padres o tutores legales dieron consentimiento para hacer parte de la investigación. Se aseguró la confidencialidad y el anonimato en el tratamiento de la información suministrada. Se realizaron nueve entrevistas y un grupo focal. Para la sistematización y el análisis de la información se utilizó una matriz de categorías de análisis.

Consideraciones éticas

Esta investigación se realizó siguiendo los criterios propuestos en el Código Deontológico de Psicología de acuerdo con la Ley 1090 del 2006, que reglamenta el ejercicio profesional e investigativo propios de la disciplina (Colegio Colombiano de Psicólogos, 2009). Ley 1098 de 2006 (Código de Infancia y Adolescencia), que ampara la protección integral de niños, niñas y adolescentes (Congreso de Colombia, Ley 1098 de 2006), así como los principios éticos establecidos en la declaración de Helsinki de la Asociación Médica Mundial 2017 (Asociación Médica Mundial, 2017) y la Resolución 8430 de 1993 en los artículos 14,16, 59 y 84, para la construcción del consentimiento informado.

Resultados

Para el abordaje y comprensión de las prácticas de comunicación parental en las conductas internalizantes, desde la perspectiva de los adolescentes, se

hace necesario entender que las prácticas de comunicación parental pueden ser diferentes tanto en la manera que la ejercen cada uno de los padres como en los efectos que se obtienen, puesto que permiten expresar pensamientos y generar situaciones problemáticas en los adolescentes. Los resultados se presentan de acuerdo con el objetivo de investigación, a saber, describir los efectos de las prácticas de comunicación parental en las conductas internalizantes, desde la perspectiva de un grupo de adolescentes pertenecientes a una institución educativa de Medellín (Antioquia). Los resultados de este estudio se pueden apreciar de forma resumida en la Tabla 1, que se muestra a continuación:

Tabla 1. Efectos de las prácticas de comunicación parental en las conductas Internalizantes

Prácticas de comunicación parental	Conductas Internalizantes
Cohesión	<p>Expresada en las pocas posibilidades que los adolescentes tienen para compartir y comunicar sus sentimientos a sus padres, en la falta de "cercanía emocional" que perciben de los padres hacia ellos, a la falta de estímulos incentivos o de recompensa por sus logros y a las situaciones conflictivas.</p> <p>- <i>Depresión</i>: bajos estados de ánimo, tristeza, disforia, sentimientos de soledad e inseguridad, desmotivación. Baja autoestima Conductas autolesivas - <i>Ansiedad</i></p>
Flexibilidad	<p>Comunicación rígida como imposición que ambos padres o uno de ellos establece sobre la conducta comunicativa que debe seguir (límites), autoridad ejercida por los padres sin el uso de "límites" en los momentos pertinentes para comunicar alguna información y tonos fuertes al hablar. Comunicación permisiva y normas no estructuradas.</p> <p>- <i>Depresión</i>: bajos estados de ánimo, tristeza, disforia, sentimientos de soledad e inseguridad, desmotivación. Baja autoestima - <i>Ansiedad</i>: Confusión, tensión, preocupación, angustia constante y sensación de frustración.</p>

Fuente: Elaboración propia

La cohesión

En esta categoría de análisis se evidenció que los vínculos emocionales dados en la relación entre los padres y los adolescentes son de tipo desligado con una ausencia de conexiones, como se puede observar en el discurso de los adolescentes:

Mi padre nos visita cada mes porque no vive con nosotros, cuando viene discutimos mucho porque él siempre quiere que haga lo que él dice sin importar si me gusta o no esto me produce sensación de frustración; cuando me ordena hacer algo me habla duro como gritado esto me causa confusión y tensión. Todo el tiempo siento rabia, no me gusta nada, prefiero aislarme. (P2 comunicación personal, 2022)

Mis padres trabajan en semana y los fines de semana mi papá se va a tomar con los amigos y mi mamá sale con sus amigas y nos dejan solos en la casa. A veces salgo con mis amigas, la mayoría del tiempo no quiero hacer nada solo dormir y ver televisión toda la noche. (P4 comunicación personal, 2022)

Mi papá no me ayuda con las tareas del colegio y mi mamá durante el día trabaja y llega en la noche. A veces creo que estoy solo en la vida y nada me motiva. (P6 comunicación personal, 2022).

Mis padres discuten mucho, por eso me aísla en mi cuarto, no me gusta salir con ellos. A veces me corto para sentir que estoy viva y para descargar mi rabia. (P5 comunicación personal, 2022)

Mi familia no comparte cosas como almorzar juntos, salir de paseo, cada uno por su lado, mis padres por todo me regañan. Siempre quiero estar sola, a veces me corto las manos, me siento muy sola. (P8 comunicación personal, 2022)

Mi madre no reconoce mis logros académicos, pero si pierdo una materia me castiga, siempre espera que saque notas altas y que sea el mejor. Esto me causa preocupación y angustia constante. Mi madre no tiene tiempo para estar con nosotros, ella trabaja y mi papá no vive con nosotros ni nos visita. Pienso que mis compañeros de colegio son más inteligentes que yo, siento poca motivación para realizar mis tareas porque nada me sale como mi mamá espera, me siento muy sola y frustrada por no poder cumplir con las expectativas de mi madre. (P9 comunicación personal, 2022)

De acuerdo con el discurso de los adolescentes, esta comunicación parental fue cohesiva de tipo desligado con una ausencia de conexiones, la cual se exhibió en las pocas posibilidades que estos tienen para compartir y comunicar sentimientos a los padres, a la falta de “cercanía emocional” que perciben de los padres, a la falta de estímulos incentivos o de recompensa por los logros y a las situaciones conflictivas parentales (véase Tabla 1). Lo anterior guarda relación con lo planteado en el modelo circuplejo desarrollado por David Olson, quien plantea que las familias desequilibradas en cohesión tienen

poca vinculación afectiva y mucha independencia personal, donde predomina lo propio (tiempo, espacio e intereses separados) por encima del otro, lo que dificulta la resolución de conflictos entre sí (Olson, 2000).

Teniendo en cuenta lo expresado por los participantes, estas prácticas de comunicación parental cohesiva (falta de “cercanía emocional” que percibieron, poca libertad para expresar sus emociones y las pocas posibilidades para compartir y comunicar sentimientos) originaron huellas psicológicas, como bajos estados de ánimo, tristeza, disforia, sentimientos de soledad e inseguridad, desmotivación, baja autoestima y síntomas de ansiedad. Estas experiencias de conductas internalizantes manifestadas por los adolescentes coinciden con lo identificado en las narraciones de otros participantes de varios estudios (Galvis *et al.*, 2022; Ruyi *et al.*, 2022; Speyer *et al.*, 2022; Vegas y Fuente, 2020).

Flexibilidad

En esta categoría de análisis se identificó la forma como los padres expresan sus roles, acuerdos/desacuerdos y reglas de relación. En este orden de ideas, se evidenció que la comunicación entre los padres y adolescentes de este estudio se caracterizó en dos extremos: rígida o demasiado flexible. La comunicación rígida, se basó en formas de autoritarismo parental, imposición de las normas y una comunicación demandante (tonos fuertes al hablar). La comunicación demasiado flexible o permisiva, se identificó en el poco establecimiento de normas estructuradas, reglas y acuerdos por parte de los padres:

En mi casa cada cual hace lo que quiere, mis padres trabajan todo el día y cuando están en casa les es indiferente si salimos o no, si tenemos tareas o problemas, a veces no se enteran de que estamos en casa, es como si no existiéramos. La mayoría del tiempo me siento como si estuviera solo en el mundo, que no le importo a nadie. (P1 comunicación personal, 2022)

Mi padre nos visita cada mes porque no vive con nosotros, cuando viene discutimos mucho porque él siempre quiere que haga lo que él dice sin importar si me gusta o no. Eso me produce sensación de frustración; cuando me ordena hacer algo me habla duro como gritado, esto me causa confusión y tensión. Todo el tiempo siento rabia, no me gusta nada, prefiero aislarme. (P2 comunicación personal, 2022)

Mi madre no reconoce mis logros académicos, pero si pierdo una materia me castiga, siempre espera que saque notas altas y que sea el mejor. Eso me causa preocupación y angustia constante. Mi madre no tiene tiempo para estar con nosotros, ella trabaja y mi papá no vive con nosotros ni nos visita. Pienso que

mis compañeros de colegio son más inteligentes que yo, siento poca motivación para realizar mis tareas porque nada me sale como mi mamá espera, me siento muy sola y frustrada por no poder cumplir con las expectativas de mi madre. (P9 comunicación personal, 2022)

Si tengo problemas en el colegio o con algún compañero no le puedo contar a mi papá, ya que él siempre me culpabiliza de lo que pasa, cuando le explico él no me escucha, se cierra en decir que soy culpable y me castiga. No le importo a nadie, todo el tiempo me siento muy decaído de ánimo y desmotivado, a veces pienso que soy desagradable en mi casa. (P3 comunicación personal, 2022)

De acuerdo con el discurso de algunos adolescentes participantes del estudio, la imposición que ambos padres o uno de ellos establece sobre la conducta comunicativa relacionada con seguir (límites), más la autoridad ejercida por los padres sin el uso de “límites” en los momentos pertinentes para comunicar alguna información y los tonos fuertes al hablar, ocasionó síntomas depresivos, baja autoestima y síntomas de ansiedad. Otros adolescentes narraron que su dinámica familiar estaba establecida desde una comunicación parental demasiado flexible y permisiva sin normas estructuradas, reglas y acuerdos, lo cual propició en ellos síntomas depresivos y baja autoestima.

Lo anterior, guarda relación con lo planteado en el modelo circumplejo de Olson, quien enuncia que las familias rígidas y caóticas implican un funcionamiento problemático a medida que avanzan en la vida los hijos, al suponer que una relación rígida con los padres hay mayor control sobre las decisiones y, en consecuencia, no hay apertura para las negociaciones y cambios en los roles; por su parte, en la relación parental caótica los roles no son definidos y la autoridad de los padres no es reflejada (Olson, 2000). En cuanto a las conductas internalizantes de ansiedad debidas a la comunicación parental desde la *inflexibilidad*, los adolescentes manifestaron que los tonos rígidos y las amenazas de castigos generaron confusión y tensión, de igual modo, la imposición de normas con expresiones rígidas ocasionó preocupación y angustia constante, y la comunicación impuesta por los padres causó una sensación de frustración. Las experiencias expresadas por los adolescentes en sintomatologías internalizantes coinciden con lo identificado en otras narraciones de estudios realizados (De Clercq *et al.*, 2022; Hogue *et al.*, 2022; Liu *et al.*, 2022).

Las prácticas de comunicación parental percibidas desde la cohesión y la flexibilidad en los participantes determinaron cómo era la relación establecida con los padres, según una comunicación dada de manera negativa, en la cual se describió que la carencia de tiempo, espacios para compartir, intereses, acuerdos y normas más flexibles dificultaron la cercanía emocional entre ambos.

Discusión

De acuerdo con el objetivo general de la investigación, describir los efectos de las prácticas de comunicación parental en las conductas internalizantes, desde la perspectiva de un grupo de adolescentes pertenecientes a una institución educativa de Medellín (Antioquia), se evidencia que los vínculos emocionales dados en la relación entre los padres y los adolescentes, son de tipo desligado con una ausencia de conexiones (*falta de cohesión*), la cual se exhibe en las pocas posibilidades para compartir y comunicar los sentimientos, en la falta de “cercanía emocional” que perciben de los padres, en la falta de estímulos incentivos o de recompensa por los logros y a las situaciones conflictivas parentales. De acuerdo con los discursos de los participantes, estos vínculos ausentes les propiciaron conductas internas como bajos estados de ánimo, tristeza, disforia, sentimientos de soledad e inseguridad, desmotivación, baja autoestima, y ansiedad. Estos resultados son comprensibles al describir que cuando el grado de cohesión entre padres e hijos está negado por los diversos conflictos presentes, conlleva a que los adolescentes no tengan un adecuado desarrollo psicológico- emocional-cognitivo y exista una tensión en la relación (Galvis *et al.*, 2022), manifestados en sentimientos frágiles, baja autoestima, conductas internalizantes (aislamiento, ansiedad, depresión) y una inadecuada planificación de la vida (Barboza *et al.*, 2017).

Posteriormente, entre los hallazgos del presente estudio se encuentra que, los adolescentes que manifiestan experiencias de comunicación parental desde la inflexibilidad presentan conductas internas de depresión, ansiedad e inseguridad. En esta medida, las manifestaciones de tipo coercidas que expresaron los participantes son la imposición de normas con expresiones rígidas, tonos rígidos, amenazas de castigos y comunicación impuesta por uno de los padres o ambos. Lo anterior coincide con lo identificado en otros estudios (De Clercq *et al.*, 2022; Hogye *et al.*, 2022; Liu *et al.*, 2022).

Conclusiones

El carácter cualitativo del estudio posibilitó describir, desde la perspectiva de los adolescentes, la percepción que tienen sobre las diversas situaciones presentes en el contexto familiar que resultan problemáticas, permitiendo de alguna forma inconsciente o consciente describir los efectos que una práctica de comunicación parental ocasiona a nivel psicológico.

De acuerdo con los hallazgos de este estudio y de la literatura indagada, se concluyó que una comunicación parental enmarcada en la *cohesión* ocasiona en los adolescentes conductas internalizantes de depresión (bajos estados de ánimo, tristeza, disforia, sentimientos de soledad e inseguridad), baja autoestima y ansiedad, en tanto que, una comunicación parental mediada por la *inflexibilidad* genera en los adolescentes conductas internas de síntomas

de depresión, inseguridad, tristeza, preocupación, sensación de inquietud y conductas ansiosas. Lo cual, permitió describir cómo las conductas tipo depresiva y de ansiedad se encontraron relacionadas con una comunicación parental negativa de acuerdo con las diversas manifestaciones para cada una.

Conforme a la cohesión, se concluyó que esta repercutió en la posibilidad de ser escuchados en los momentos necesarios por parte de los padres, lo que implicó la presencia de una comunicación pasiva, basada en las pocas conversaciones con los padres, la falta de expresión de sentimientos, la existencia de tensiones, tono de voz bajo que genera baja autoestima y no fomenta vínculos afectivos; en cuanto a la flexibilidad, esta resultó que obstaculizó mayormente la relación por no concebirse un equilibrio y dar paso a la distancia emocional por parte de los padres según los discursos, lo cual implicó la presencia de una comunicación agresiva expresada en reprensiones, críticas destructivas y silencios que generan miedo e incertidumbre.

Por tanto, se esclareció que dentro del proceso comunicativo entre padres e hijos intervienen directa e indirectamente ambas dimensiones (cohesión y flexibilidad) y estas se relacionan entre sí. El no equilibrio de una o ambas prácticas de comunicación parental, genera tanto conflictos en la relación como emociones y pensamientos negativos por parte de los adolescentes; esto lo hace ser un sistema familiar-parental desequilibrado con menos vínculos emocionales.

Esta investigación permitió concluir, en general, que uno de los aspectos más influyentes en el bienestar y la calidad de vida de los adolescentes son las prácticas de comunicación parental, dado que tienen efectos para las conductas internalizantes a nivel emocional y cognitivo. Por ello, se destaca la importancia de la psicoeducación a los padres en relación con las habilidades en las prácticas comunicativas parentales y el funcionamiento familiar, teniendo en cuenta que se consideran como la fuente más importante para incidir ya sea en la continuidad o cese de las conductas internas de tipo depresión y/o ansiedades presentes en los adolescentes.

Limitaciones

Una de las limitaciones del presente estudio fue no poder acceder a una muestra más amplia, de manera que las conclusiones se remiten a la muestra estudiada. Por lo tanto, sería interesante realizarlo con una muestra más grande para que los resultados puedan ser generalizados teniendo en cuenta criterios de inclusión y exclusión que puedan dar paso a nuevas categorías de análisis para mayor relevancia del tema.

Referencias bibliográficas

- Alarcón-Parco, D. y Barrig, P. (2015). Conductas Internalizantes y Externalizantes en adolescentes. *Liberabit. Revista Peruana de Psicología*, 21(2), 253-259. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=68643124008>
- Álvarez, J., Ramírez, L. y Giraldo, C. (2019). Maternar y paternar: transformando prácticas de autoridad, comunicación y cercanía vinculante. *Revista Latinoamericana de Estudios de Familia*, 11(1), 48-65. <https://doi.org/10.17151/rlef.2019.11.1.4>
- Arellanos, O. y Arellanos, R. (2019). Estrategias comunicativas en la relación de padres e hijos adolescentes. *Revista de la Universidad Internacional del Ecuador*, 4(2), 32-44. <https://doi.org/10.33890/innova.v4.n2.2019.1005>
- Asociación Médica Mundial. (2017). *Declaración de Helsinki de la AMM- Principios Éticos para las Investigaciones Médicas en seres Humanos*. <https://bit.ly/3CrkAiY>
- Barboza, M., Moori, I., Zárate, S., López, A., Muñoz, K. y Ramos, S. (2017). Influencia de la dinámica familiar percibida en el proyecto de vida en escolares de una institución educativa de Lima. *Psicología Escolar e Educativa*, 21(2), 157-166. <https://doi.org/10.1590/2175-3539201702121094>
- Beato, A., Pereira, A., Barros, L. & Muris, P. (2016). The Relationship Between Different Parenting Typologies in Fathers and Mothers and Children's Anxiety. *Journal of Child and Family Studies*, 25(5), 691 - 1701. <https://doi.org/10.1007/s10826-015-0337-x>
- Bernal-Martínez de Soria, A. (2016). La identidad de la familia: Un reto educativo. *Perspectiva Educativa, Formación de Profesores*, 55(1), 114-128. <https://www.redalyc.org/pdf/3333/333343664008.pdf>
- Caqueo, A., Mena, P., Flores, J., Narea, M. y Irarrázaval, M. (2020). Problemas de regulación emocional y salud mental en adolescentes del norte de Chile. *Terapia Psicológica*, 38(2), 203-222. <https://doi.org/10.4067/S0718-48082020000200203>
- CEUPE Magazine. (s.f). *Modelo Circumplejo de David Olson*. <https://bit.ly/3OJkMnq>
- Colegio Colombiano de Psicólogos. (2009). *Deontología y Bioética del ejercicio de la psicología en Colombia*. Colegio Colombiano de Psicólogos. <https://bit.ly/3C1MowM>
- Creswell, J. W. (2007). *Qualitative inquiry and research design: Choosing among five approaches*. Sage publications.
- De Clercq, L. E., Soenens, B., M, D., Prinzi, P., Van der Kaap-Deeder, J., Beyers, W. & De Pauw, S. (2022). Parenting and Child Personality as Modifiers of the Psychosocial Development of Youth with Cerebral Palsy. *Child Psychiatry and Human Development*, 53(1), 137 - 155. <https://doi.org/10.1007/s10578-020-01106-1>
- Dill, S., Schmidt, B., Böing, E. & Crepaldi, M. (2017). Conflitos Conjugais e Parentais em Famílias com Crianças: Características e Estratégias de Resolução. *Paidéia*, 27(1), 457-465. <https://doi.org/10.1590/1982-432727s1201711>
- Dolev-Cohen, M. & Ricon, T. (2022). Dysfunctional Parent-Child Communication About Sexting During Adolescence. *Archives of Sexual Behavior*, 51(3), 1689-1702. <https://doi.org/10.1007/s10508-022-02286-8>

- Galvis, L., Jaimes, M. y Osorio, E. (2022). Funcionalidad familiar de población en situación de vulnerabilidad, una mirada desde el modelo circunplejo de Olson: Estudio barrio Cormoranes Cúcuta - Colombia. *Revista Boletín Redipe*, 11(3), 289-300. <https://doi.org/10.36260/rbr.v11i3.1721>
- Gómez, S., Matagira, G., Agudelo, M., Berbesi, D. y Morales, S. (2021). Cohesión familiar y factores relacionados en adolescentes escolarizados. *Revista Universidad y Salud*, 23(3), 198-206. <https://doi.org/10.22267/rus.212303.233>
- González, O., Navarro, J., Ortiz, L., Alarcón, Y., Ascanio, C. y Trejos, A. (2019). Relación entre prácticas parentales y ajuste psicológico de adolescentes escolarizados. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 38(5), 661-667. <https://bit.ly/43wx4nr>
- Güemes, M., Ceñal, M. J. e Hidalgo, M. (2017). Desarrollo durante la adolescencia. Aspectos físicos, psicológicos y sociales. *Pediatría Integral*, 21(4), 233-244. <https://bit.ly/43igvMw>
- Hogye, S., Jansen, P., Lucassen, N. & Keizer, R. (2022). The relation between harsh parenting and bullying involvement and the moderating role of child inhibitory control: A population-based study. *Aggressive Behavior*, 48(2), 141 - 151. <https://doi.org/10.1002/ab.22014>
- Infante, A. y Martínez, J. (2016). Concepciones sobre la crianza: El pensamiento de madres y padres de familia. *LIBERABIT. Revista Peruana de Psicología*, 22(1), 31-41. <https://doi.org/10.24265/liberabit.2016.v22n1.03>
- Ley 1098 del 2006. (noviembre 8). Por la cual se expide el Código de la Infancia y la Adolescencia. *Diario Oficial* n.º 46.446 del 8 de noviembre de 2006 y n.º 46453 del 15 de noviembre de 2006. <https://bit.ly/3OIiXas>
- Liu, C.-R., Wan, L.-P., Liu, B.-P., Jia, C.-X. & Liu, X. (2022). Depressive symptoms mediate the association between maternal authoritarian parenting and non-suicidal self-injury among Chinese adolescents. *Journal of Affective Disorders*, 305, 213 - 219. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2022.03.008>
- López-Soler, C., Alcántara, M., Fernández, V., Castro, M. y López, P. (2010). Características y prevalencia de los problemas de ansiedad, depresión y quejas somáticas en una muestra clínica infantil de 8 a 12 años, mediante el CBCL. *Anales de psicología*, 26(2), 325-334. <https://bit.ly/45szuoS>
- Ministerio de Salud. (4 de octubre). Resolución Número 8430 de 1993. Por la cual se establecen las normas científicas, técnicas y administrativas para la investigación en salud. <https://bit.ly/3FrC28Z>
- Olson, D. (2000). Circumplex Model of Marital and Family Systems. *Journal of Family Therapy*, 22(2), 144-167. <https://doi.org/10.1111/1467-6427.00144>
- Organización Mundial de la Salud (OMS). (17 de noviembre de 2021). *Salud mental del adolescente*. OMS. <https://bit.ly/3WCxKVY>
- Papalia, D., Feldman, R. D. y Martorell, G. (2012). Desarrollo físico y cognoscitivo en la adolescencia. En D. Papalia, R. D. Feldman y G. Martorell (eds.), *Desarrollo Humano*. (pp. 352-471). McGraw-Hill e Interamericana Editores S.A. de C. V.
- Peng, B., Hu, N., Yu, H., Xiao, H., & Luo, J. (2021). Parenting Style and Adolescent Mental Health: The Chain Mediating Effects of Self-Esteem and Psychological Inflexibility. *Frontiers in Psychology*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.738170>
- Ramírez, A. (2018). Prácticas adolescentes: el cuidado de sí en las relaciones parentales. *CLAIQ*, 3, 134-143. <https://bit.ly/3C3G6N7>

- Rodríguez, A. y Cortés, M. (2017). Prácticas de crianza y trastornos psicológicos en adolescentes colombianos. *Psicología Conductual*, 25(3), 599-621. <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/ibc-169769>
- Ruyi, D., Wei, H., Qian, W. & Zixuan, Q. (2022). Communicating emotional distress experienced by adolescents between adolescents and their mothers: Patterns and links with adolescents' emotional distress. *Journal of Affective Disorders*, 298, 35-46. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2021.11.051>
- Sahithya, B. & Vijaya, R. (2021). Parenting Style, Parental Personality, and Child Temperament in Children with Anxiety Disorders—A Clinical Study from India. *Indian Journal of Psychological Medicine*, 43(5), 382-391. <https://doi.org/10.1177/0253717620973376>
- Schoeps, K., Tamarit, A., Postigo, S., Zegarra, & Montoya-Castilla, I. (2021). The long-term effects of emotional competencies and self-esteem on adolescents' internalizing symptoms. *Revista de Psicodidáctica*, 26(2), 113-122. <https://doi.org/10.1016/j.psicoe.2020.12.001>
- Serna, D., Terán, C., Vanegas, A., Medina, Ó., Blandón, O. y Cardona, D. (2020). Depresión y funcionamiento familiar en adolescentes de un municipio de Quindío, Colombia. *Revista Habanera de Ciencias Médicas*, 19(5), 1-17. <https://bit.ly/3MyTOMK>
- Speyer, L., Hang, Y., Y, Hall, H. & Murray, A. (2022). The role of harsh parenting practices in early-to middle-childhood socioemotional development: An examination in the Millennium Cohort Study. *Child Development*. <https://doi.org/10.1111/cdev.13761>
- Unicef. (2021). *Guía Programática: La Crianza Durante la adolescencia*. Unicef. <https://bit.ly/3oE6mKI>
- Vegas, M. y Fuente, R. (2020). Evaluación del funcionamiento familiar con el Faces IV en adolescentes con problemática familiar. *Revista Infad de Psicología*, 2(1), 495-504.