



**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE
MÉXICO**

FACULTAD DE FILOSOFÍA Y LETRAS

COLEGIO DE PEDAGOGÍA

TESINA

**“EL DIVORCIO Y SUS CONSECUENCIAS EN EL ÁMBITO
ESCOLAR**

EN NIÑOS DE 6 A 12 AÑOS”

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE

LICENCIADA EN PEDAGOGÍA

PRESENTA: MÓNICA NAHIELI ZÚÑIGA SAINOS

ASESORA: LIC. ROXANA VELASCO PEREZ



Universidad Nacional
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

Biblioteca Central



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

AGRADECIMIENTOS

Gracias a Dios y a la vida por demostrarme que todo tiene una razón de ser y un tiempo preciso, que a veces no estamos listos para afrontar algunas situaciones o nos cuesta más tiempo asimilarlas, pero que todo nos ocurre por una razón y él nos va poniendo a las personas que necesitamos en nuestro camino para crecer, que gracias a esas experiencias vividas me he convertido en la persona que soy ahora, gracias por permitirme llegar a este momento que creí no lograría...

Gracias a mi Ohana que son lo más valioso que tengo, somos una familia chiquita y rota, pero por mucho, la mejor que pude tener, ustedes son mi motor; Adrián, gracias por ser mi hermano, por estar y darme palabras de aliento cuando me he sentido perdida, muy a tu modo me has ayudado, gracias porque desde que eras un bebé cambiaste mi vida, me ayudaste a ser más responsable y a aprendí a cuidarte, me siento muy orgullosa de ti y aunque casi no te lo digo te quiero mucho.

Mamita, palabras me faltan que puedan expresar todo lo que quisiera decirte, puedo empezar diciéndote que te admiro profundamente y eres mi ejemplo a seguir, que aprecio y valoro todo lo que has hecho por mí, se que el camino te ha sido difícil y que en muchas ocasiones tampoco te lo he facilitado; gracias por darme lo mejor de ti y porque a través de una parte de tu historia, definitivamente, no de las más agradables, pude darle vida a este proyecto, que me fue muy difícil llevar a cabo, fueron años de intentar culminarlo, gracias por estar conmigo en todo momento y hacer de mí una persona responsable y de provecho, siéntete satisfecha del papel que has desempeñado en estos años como la cabeza de nuestra familia, me siento sumamente orgullosa de ser tu hija y como siempre te digo –Cuando sea grande, espero llegar a ser por lo menos la mitad de lo que tú eres. He tratado de hacer lo mejor que he podido para que te sientas orgullosa de mí... Te adoro ma.

Toño, has estado en mi vida durante mucho tiempo, siempre aconsejándome, pero hace dos años te convertiste en algo más que mi mejor amigo, gracias por llegar en ese momento tan crucial, por cambiarme el chip, por ser un ejemplo de perseverancia, por creer en mí y motivarme para alcanzar ese crecimiento personal y profesional, definitivamente esto no sería lo mismo sin tu apoyo, te quiero muchísimo mi amor chiquitín.

A Luna quien fuera mi compañera de vida catorce años y me enseñó que hay amores sinceros e incondicionales, a Kyra quien forma también parte de la familia y me llena de alegrías todos los días.

Para mi estrella en el cielo, quien cuida de mí y durante muchos años fue esa imagen paterna, gracias Don Rafa por estar para mí y que aún en la ausencia me reconfortas como cuando era niña, a mi abuelita Carmen por sus cuidados y oraciones.

Tengo la dicha de tener muchas amigas que han formado parte de este crecimiento, Silvia, Karen, Erika, gracias por estar conmigo en mis peores momentos, Jesy, gracias por todo tu apoyo en este proceso; Miriam, Aliss, Chio, Joss, Irene Miriam A y Lore, la universidad no hubiese sido igual sin ustedes; amigas muchísimas gracias por tantas aventuras y experiencias, saben que ocupan un lugar especial en mi corazón.

A mí asesora Roxana Velasco, mil gracias por todo tu apoyo, por tu tiempo, tus consejos, por presionarme cuando aflojaba el paso, pero sobre todo por tu carisma y lo fácil que hiciste para mí este trayecto, eres una gran profesora, mi respeto y admiración por siempre.

Para la profesora Thelma Lomelí, un agradecimiento especial por haberme ayudado a iniciar el proyecto, sin usted no hubiera sido lo mismo; esperando se encuentre mejor de salud.

A mis sinodales; profesora Esther Hirsch por su afinidad con el tema y por ser una mamá como pocas, mi profunda admiración.

Profesora Laura Ortega, por todas las facilidades hacia mi persona, por ayudarme a entender que todo lleva un proceso, que este proyecto fue catártico y que me he liberado de un gran peso. Gracias infinitas.

A la profesora María Eugenia Elizalde y el profesor René Sánchez por sus consejos y observaciones.

A Cynthia y Yanet, jefas gracias por todo su apoyo y consejos, pero sobre todo por su amistad; regrese en el momento indicado...

Para mi institución quien me dio el mejor legado, excelentes profesores, amigos entrañables, los mejores años de mi vida y mi profesión; gracias UNAM llevo tus colores y tu nombre con orgullo.

Gracias a todas y todos los que me han brindado su apoyo incondicional para que este proyecto haya llegado a su fin y sobre todo por hacerme mejor persona.

¡GRACIAS TOTALES!

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN

1.- LA FAMILIA Y EL DIVORCIO EN MÉXICO

- 1.1 Las familias en México----- 1
- 1.2 Proceso psicológico de la construcción de la pareja----- 26
- 1.3 Tipos de uniones o matrimonios----- 28
- 1.4 Antecedentes y causas del divorcio----- 32
- 1.4.1 Concepto y clasificación----- 40
- 1.5 Transformación de la estructura familiar a partir del divorcio-- 41

2.- CONSECUENCIAS DEL PROCESO DE DIVORCIO EN LOS PADRES E HIJOS

- 2.1 Los padres en proceso de divorcio----- 45
- 2.2 Los hijos con padres en proceso de divorcio----- 52
- 2.3 Papel que se les asignan a los niños con padres divorciados-- 59
- 2.4 Consecuencias socioeconómicas----- 62

3.- EL PROCESO DE DIVORCIO Y SUS CONSECUENCIAS EN EL ÁMBITO ESCOLAR

- 3.1 Rendimiento escolar----- 72
- 3.2 Fracaso escolar----- 78
- 3.3 Factores del fracaso escolar----- 80
- 3.4 Función del pedagogo ante el divorcio de los padres----- 85

4.- PROPUESTA PEDAGÓGICA: TALLER PARA PADRES

➤ 4.1 Definición del taller -----	89
➤ 4.2 Temas a trabajar-----	95
➤ 4.3 Programa Sintético-----	127
➤ 4.4 Cartas Descriptivas-----	128
CONCLUSIONES-----	154
ANEXOS -----	158
FUENTES CONSULTADAS -----	198

INTRODUCCIÓN

El desarrollo escolar en el niño de padres divorciados, se ve afectado, pues su capacidad de concentración no es la misma, por tanto el aprovechamiento y el rendimiento escolar se ve perturbado de manera significativa y sobre todo sus emociones, por tal que la función del pedagogo como mediador es muy importante, ya que los niños necesitan de sus educadores durante este proceso tan difícil para ellos.

Es en el seno familiar “ donde despertamos a la vida, aprendemos a compartir nuestra vida con otras personas, adquirimos el conocimiento del mundo que nos rodea, recibimos educación para que nuestro comportamiento sea el esperado en cada situación de la vida y sobre todo, en la familia aprendemos a amar al sentirnos queridos”, pero que sucede con los hijos cuando esta forma de vida se ve afectada por un divorcio, el cual podemos definir como la ruptura del vínculo conyugal, la cual se puede llevar a cabo de manera necesaria o voluntaria por diferentes causas que pueden ser de índole personal, social, moral, religiosa, económica o psicológica.

Cuando la familia se desintegra, se bloquea el proceso de desarrollo del niño, el sufrimiento le va a dificultar el adaptarse a presiones futuras ya que el sentimiento de seguridad, paz y amor indispensable para un crecimiento emocional sano, se ha desquebrajado seriamente, muchas de las angustias y fantasías del niño se deben a la actitud de los padres, quienes pueden ser desde agresivos hasta sobreprotectores.

La edad más difícil para los hijos que atraviesan este proceso es de los 6 a los 12 años ya que es la edad en que se dan cuenta de que tienen un problema y que duele y no saben reaccionar ante ese dolor.

El educador establece con el niño una relación diferente de la que el niño establece con sus padres o con otros adultos, esto explica los comportamientos tan distintos que pueden tener algunos niños cuando están en casa con sus padres o cuando están en un centro con un educador. Este propicia la relación con los niños a través de cuidados personales y de múltiples juegos que provoquen situaciones de comunicación e intercambio tanto a través del lenguaje verbal como a través de la expresión gestual las miradas, hablar y escuchar, actuar uno y luego el otro, expresar y entender las emociones...

Por tal el pedagogo puede realizar trabajos y actividades para disminuir e incluso extinguir las repercusiones que el niño presente en su aprendizaje, así como brindar apoyo a los padres en dicha situación elaborando un taller para ayudar a fortalecer el vínculo afectivo con los hijos que se ve fracturado en la separación, así como la reinserción de los mismos y la transición de este proceso sea más llevadera y no repercuta en los niños produciendo fracaso escolar o a lo largo de toda su vida y/o en deficiencias de socialización.

El presente trabajo nace de la inquietud de ver como niños entre los 6 y 12 años, que atraviesan el divorcio de sus padres, afecta en demasía su rendimiento escolar y sobre todo su estabilidad emocional, debo agregar que igualmente nace de la necesidad de ayudar a estos pequeños ya que me siento un poco identificada con dicha situación por mi experiencia personal, mi paso por el divorcio de mis padres fue doloroso pero al mismo tiempo bueno, ya que tuve el apoyo que necesite para hacerlo, por tal como profesional pretendo orientar de manera responsable y ágil, utilizando todos los conocimientos que a lo largo de mi carrera y desarrollo personal he adquirido para lograrlo.

En la actualidad, el divorcio es algo de lo más frecuente en la vida de algunas familias, según estadísticas del INEGI por cada 100 matrimonios hay 13 divorcios, lo que todavía resulta difícil de manejar es cómo lo afrontan los hijos, cuando se presenta una situación de este tipo en la familia, encontramos niños con dificultades en su aprendizaje, muestran un bajo rendimiento escolar y al mismo

tiempo un conflicto de personalidad que no puede expresarse con palabras, esto en gran medida se debe a la falta de apoyo por parte de los padres de familia, no porque no lo deseen hacer, sino que están tan inmersos en sus propios conflictos, procesos e inseguridades que dejan de lado algunas situaciones importantes como fortalecer el vínculo afectivo con sus hijos.

Sería importante la creación de “redes de apoyo” a los padres de familia de estos niños en la escuela. Pueden reunirse en grupos de apoyo, en los que pueden desarrollar habilidades, explorar sus sentimientos y examinar las percepciones de cada uno con respecto a la separación. Compartir sus experiencias para nutrirse y poderse dar ánimos y ver que no son ni los primeros ni los últimos que pasan por este proceso.

El propósito de la impartición del taller es el desarrollo personal, donde propiciará el autoconocimiento y el de los demás así como del fenómeno de interacción humana. Desarrollando estas capacidades en los padres divorciados, podemos atender en la escuela a muchos alumnos con alto riesgo de bajo rendimiento, abandono escolar y de dificultades emocionales y/o conductuales, derivados de dificultades en su ámbito familiar.

Se espera como propósito principal que esta información y la creación del taller, sea de utilidad para los niños, padres y docentes que se enfrentan a este proceso.

CAPÍTULO 1

LA FAMILIA Y EL DIVORCIO EN MÉXICO

A punto de la separación, en general, las personas están tan abrumadas por el distanciamiento afectivo, el conflicto, los desacuerdos o las dificultades en la comunicación y no alcanzan a dimensionar las implicaciones que hay que tener en cuenta, no solo en el presente, sino también en el futuro. La separación y el divorcio constituyen acontecimientos vitales que generan un proceso de duelo, es decir, una pérdida que conlleva sufrimiento y que cada uno se ve abocado a superar de manera individual. La separación impacta a los miembros de la pareja de manera diferente. Pocas veces los dos cónyuges lo viven de forma parecida, se generan una gran cantidad de sentimientos que interfieren en la relación de la ex pareja, afectando las decisiones que deben tomar. Las maneras como los niños y los jóvenes actúan frente al divorcio dependen de un número importante de factores, como la historia del niño; la manera y habilidad que tiene para enfrentarse a la nueva situación.

El proceso del divorcio implica tomar decisiones que modificaran la vida de cada miembro de la familia, desde la custodia de los hijos, los horarios de visita, acordar las normas de disciplina, los arreglos económicos al dividir los bienes, negociar las obligaciones que seguirán vigentes, entre otros, son aspectos complejos que traen gran tensión durante el divorcio, pero con los que es preciso seguir lidiando en el futuro. Para avanzar en el manejo asertivo de estos se requieren gran flexibilidad, capacidad para asumir una actitud cooperativa y aprender mecanismos de negociación que permitan desarrollar una relación que beneficie tanto a los padres como a los hijos.

1.1. Las Familias en México

De una manera o de otra todos hemos vivido en familia. Tal vez no podamos definirla, pero sabemos que es. A lo largo de la historia, la familia ha venido respondiendo a las necesidades de las personas que la integran y de la sociedad

de la que forma parte. Por eso, en las diferentes sociedades y épocas, la familia permanece siempre; aunque varían sus características y su composición.¹

La familia es el ámbito primordial de desarrollo de cualquier ser humano y la base de su desempeño en la vida, ya que provee la plataforma para el desarrollo de la autoestima y de la verdadera identidad personal, de los esquemas de convivencia social más elementales y de la experiencia del amor, que regirán el éxito de cada uno de sus miembros.

Como núcleo de la sociedad, la familia es una institución irremplazable para el fomento de los valores humanos esenciales, la prevención y solución de los problemas sociales; el agente cultural necesario para la transmisión de sus valores más representativos de generación en generación.

Asimismo, es dentro de la familia donde encontramos el sentido de la vida y la felicidad a través del entendimiento y la reciprocidad, ya que sus miembros gozan de la aceptación incondicional: aceptación mutua exclusivamente por pertenecer.

Podemos decir que en la familia mexicana existen muchos valores, empezando por poder todavía hablar de la presencia viva de las familias en el contexto de nuestra sociedad. Hay valores humanos, espirituales y morales que, igual que sostienen a la familia, la familia es un elemento importantísimo de sostenimiento de estos valores en las personas. En un gran número de casos podemos afirmar que la familia en México sigue cumpliendo con el cometido -señalado por la Iglesia- de *ser 'la primera comunidad de vida y amor, formadora de personas y educadora en la fe'*.²

El Consejo de la Comunicación realizó un amplio estudio sobre la Familia Mexicana, sus valores, intereses, retos y perspectivas en el nuevo milenio, dicho

¹OLGUIN, Palmira, et al. *Manual de la Familia*, pp. 4

²www.2vicaria.org.mx/biblioteca/.../SituacionFamiliaMexico. Fecha de consulta 2017

estudio fue desarrollado por el Sistema Nacional para el Desarrollo Integral de la Familia y el Consejo de la Comunicación. En el cual encontramos datos sobresalientes respecto a este tema.

A continuación se presentan algunos de los resultados más sobresalientes:

El ideal que se pretende en la familia mexicana es favorecer el apoyo, la unión, la entrega, el amor y la alegría; Su fortaleza es que la importancia de ello se percibe tanto en los momentos positivos como en los adversos, genera en sus miembros valores comunes, tales como: sencillez, solidaridad, trabajo y esfuerzo, así como el resguardo de la tradición.

Sin embargo, se descubrió que, en especial los jóvenes, reconocen que la familia mexicana no favorece la disciplina, ni una actitud ganadora o de aceptación del éxito: con frecuencia, refuerza una visión conformista y “perdedora” que se refleja a nivel social en conductas inseguras, a veces sumisas.

También se reveló que a las familias en México les falta favorecer en mayor medida los valores de la honestidad, el deseo de sus miembros por superarse y el respeto a las normas comunes (puntualidad, normas sociales, etc.)³

Los miembros de la familia reconocen que en México, la familia conserva aspectos positivos con respecto a las familias en el exterior, como el mantenimiento de costumbres y tradiciones en familia, pasar el tiempo de recreación juntos y demostraciones de cariño. No obstante, también reconocen factores negativos en la familia mexicana con respecto a las familias en otros países: existen relaciones familiares opresivas o fiscalizadoras que no fomentan el desarrollo personal y estereotipos en contra de la educación y el desarrollo profesional de las mujeres.

La comunicación entre los miembros de la familia es el material de unión y entendimiento; Sin ella, las relaciones intrafamiliares se debilitan en todos los

³www.esmas.com/salud/home/noticiashoy/430171.html. Fecha de consulta 2016

niveles: entre la pareja, de padres a hijos y viceversa, generando fricciones por ruptura del ideal familiar.⁴

A la familia se le quiere como un elemento de transformación social, pero hay que tener en cuenta que los muy diversos elementos que influyen en la familia hacen de ella más una víctima que una célula vital de cambio, lo cual genera en la familia procesos destructivos y desajustes vitales muy difíciles de contrarrestar (alcoholismo, violencia, traumas, rencores, desunión, etc.), todo lo cual se proyecta nuevamente contra la sociedad.⁵

Son muchas las familias que viven atrapadas en un sistema familiar que las controla y las dirige, y hasta las llena de insatisfacción, muchas son las que se lamentan de sus relaciones familiares, de su presente y de su pasado, muchas las que a pesar de los problemas lo esperan todo de ella, aunque vivan una familia que rechazan o pretendan vivir un ideal de familia más inventado que real, pero en cualquier caso quedan esclerotizadas*⁶ por sus efectos, estancadas en sus progresos, incapaces de afrontar su realidad o de esforzarse un ápice por cambiarla, aunque en ese cambio pudieran encontrar solución.

La familia asume una función socializadora, facilitadora de la integración del individuo en la sociedad; la socialización garantiza la permanencia de la cultura y la pervivencia de la especie.⁷

⁴Idem.

⁵www.2vicaria.org.mx/biblioteca/.../situacionfamiliarimexico.DOC. Fecha de consulta 2017

⁶ *ESCLEROTIZAR: Detener algo en su proceso de progresión. DICCIONARIO DE LA LENGUA ESPAÑOLA - Vigésima segunda edición.

⁷GIMENO, Adelina. *La familia: el desafío de la diversidad*. P 25.

La Función de la Familia

El estudio de la familia ha sido abordado por diferentes ciencias a partir de las particularidades de cada una de ellas y de sus intereses específicos. La Filosofía, la Sociología, el Derecho y la Psicología, entre otras, han aportado el significado del mencionado concepto con diferentes niveles de generalidad.

A través de la historia de la humanidad la familia ha estado condicionada e influida por las leyes sociales y económicas, y los patrones culturales de cada región, país y clase social. El modo de producción imperante en cada sociedad condiciona la ubicación de la familia en la estructura de clase, en función de la inserción en la organización del trabajo.

Los investigadores consideran a la familia un verdadero agente activo del desarrollo social: célula en la que se crea y consolida la democracia, donde se solucionan o acentúan las crisis sociales y donde la mayoría de los ciudadanos encuentran afecto y especialmente seguridad.

La familia es un elemento activo, nunca permanece estacionaria, sino que pasa de una forma inferior a otra superior, de igual manera que la sociedad evoluciona de un estadio a otro. La familia es un producto del sistema social y refleja su cultura.⁸

Aquellas personas a quienes consideramos familia en sentido próximo, son aquellos con quienes compartimos vínculos de afecto e intimidad, aquellos en quienes confiamos más allá del tiempo, de la distancia, a partir y más allá de los lazos de sangre.⁹

Cuando pedimos a las personas que definan qué entienden por familia, no nos sorprende observar la multiplicidad de interpretaciones que subyacen a dicho concepto. Esta variedad interpretativa viene modulada por la capacidad cognitiva

⁸ VALLADARES, González Anay. *La familia. Una mirada desde la psicología*. 2008. En: www.medisur.sld.cu

⁹ GIMENO, Adelina. *Op.cit.* P. 33

de cada informante, que limita su forma de interpretar dicha realidad, así como las experiencias familiares particulares, que cada cual haya tenido.¹⁰

El término “familia” establece unos límites poco precisos, según Amanda Artola, debido a que la familia ha ido cambiando su estructura y algunas funciones la clasifican en varios tipos:

✓ *Familia nuclear o elemental.*

Este tipo de familia refiere al grupo de parientes conformado por los padres e hijos.

✓ *Familia extensa o consanguínea.*

Conformada por padres, niños, abuelos, tíos, primos, además pueden abarcar parientes no consanguíneos.

✓ *Familia de padres separados.*

En este tipo de familia los padres se encuentran distanciados, pero siguen cumpliendo con sus funciones.

✓ *Familia compuesta.*

Se le da este nombre cuando la madre o el padre adoptan a los hijos o cuando existen hijos de otros matrimonios.

✓ *Familia monoparental.*

Está constituida por madres o padres solteros, es decir, de una sola persona. No existe el otro o la otra como complemento, radica en ésta la ausencia paterna o materna en los hijos.¹¹

¹⁰ RODRIGO, Ma. José, et al. *Familia y desarrollo humano*. P. 302

¹¹ARTOLA, Amanda, *La Familia en la sociedad pluralista*. P. 49

En la comprensión del sistema familiar son importantes las personas que actúan directamente sobre el sistema y también las que ejercen sobre él una influencia. Tomando en cuenta que dentro del mismo sobresalen algunos componentes que nos sirven de referencia para entender o explicar un poco el funcionamiento de este sistema, tales como:

- *Aspectos físicos y de salud.* Características físicas y estado de salud que sean relevantes para su desarrollo personal y que tengan impacto en la vida familiar.¹²

Sobre todo cuando existe alguna enfermedad hereditaria, es importante para el tipo de familia que se puede constituir, así como su proyección social, como este tipo de parejas se conocen en un contexto similar debido a su padecimiento puede ser que su misma desgracia los una con mayor facilidad. Evidentemente, la familia que se forma de una pareja de tales características poseerá especiales connotaciones que afectarán a todo el sistema familiar, incluidos los hijos, sea en sentido negativo o positivo.

- *Aspectos cognitivos.* Incluye la inteligencia académica, práctica, social, emocional...

Hacen referencia a las posibilidades de estudio y de progreso profesional de los miembros de la familia. Aun cuando todos somos conscientes de que una mayor capacidad intelectual no significa necesariamente mayor nivel de felicidad, de alguna manera proyectan las ilusiones de los padres de sentirse una familia realizada porque están cumpliendo con uno de los objetivos más tangibles de la misma, como es la educación.¹³

- *Personalidad.* Incluye el tipo de identidad, la autoestima, así como la propia filosofía de la vida.

El autoestima es importante ya que nos da el realismo del auto concepto, el cual se ve reflejado en los modelos familiares en las interacciones y el

¹²GIMENO, Adelina. *La familia: el desafío de la diversidad*. P. 41.

¹³ Idem.

estilo educativo, así como sus atribuciones del éxito y fracaso para igualmente comprender los recursos familiares y personales ante situaciones de conflicto y cambio.¹⁴

- *Competencia Social.* Esta se refiere a las habilidades sociales, a su capacidad de adaptación a los diferentes contextos, tolerancia, participación comunitaria, etc.¹⁵

Es decir cuando las aspiraciones de algún miembro de la familia están por encima de sus posibilidades se esfuerza y si no logra cumplir el objetivo se lo toma con filosofía y está consciente de que eso podría suceder, o bien el caso opuesto el miedo que los acarrea los hace incapaces de atreverse, donde la influencia de la familia sobresalta.

- *Roles estructurales y funcionales.* En función de las relaciones de parentesco, cada miembro de la familia desarrolla un papel, una serie de tareas y funciones al mismo tiempo que se generan expectativas.

Existen roles como: esposo/esposa, madre/padre, hijo/hija...¹⁶

Cabe mencionar que no podemos encasillar a cada miembro en un rol determinado, sino que es situacional, es decir, la madre, no solo es madre, es también hija, esposa, mujer. Cuando llegamos a establecer un rol determinado en cada miembro de la familia reducimos sus posibilidades amenazando su desarrollo, dejamos de lado que al final de cuentas son personas.

Los roles funcionales guardan relación con los rasgos de personalidad, con los recursos y con las demandas y necesidades de cada miembro de la familia.¹⁷

¹⁴ Ibid.

¹⁵ Ibid.

¹⁶ Ibid

¹⁷ Ibid

- *Recursos, demandas y necesidades personales.* Cada persona puede aportar al sistema familiar una multiplicidad de recursos que pueden ser desde económicos, tareas domésticas u otros servicios, apoyo social, creatividad, capacidad de toma de decisiones (quien debe sustentar la economía familiar y quien cuida a los hijos).

Cada persona, sea niño o adulto, además de aportar recursos, tiene necesidades específicas, es importante ser capaces de expresar y detectar las demandas de cada miembro en cada momento, que guardan relación con las expectativas respecto al rol propio y de los otros, así como las posibles crisis, los conflictos y la misma satisfacción familiar.¹⁸

Es necesario tomar como una prioridad las necesidades y detectar quien las satisface o puede satisfacerlas para compensar y optimizar la vida familiar.

Como hemos visto cada miembro de la familia aporta un abanico de opciones, actitudes y oportunidades indispensables para el desarrollo del seno familiar, en el cuál se despliegan el desempeño de las funciones básicas.

Una de las características que distingue a la familia es su capacidad de integrar muchas funciones en una única fórmula de convivencia.

Algunas de las principales funciones que la familia cumple son las siguientes:

- **Desarrollo personal.** Los cuidados que plantea la crianza deben cubrir muchos objetivos, como proporcionar seguridad, atención a las demandas, apoyo, así como la base del desarrollo afectivo, social y cognitivo, posteriormente motivación de logro, competencia social, responsabilidad, identidad, autonomía.¹⁹

¹⁸Ibid

¹⁹GIMENO, Adelina. *La familia: el desafío de la diversidad*. P. 47.

- **Económica.** En ella cabe distinguir: mantenimiento de los miembros no productivos (es decir, aquellos que no aportan económicamente); división de las tareas domésticas, como aprendizaje de la división del trabajo en el mundo laboral; transmisión de bienes y patrimonio (herencia patrimonial, jurídica, de estatus y de poder).²⁰
- **Reproductora.** Toda sociedad regula las actividades reproductoras de sus adultos sexualmente maduros. Una manera de hacerlo consiste en establecer reglas que definen las condiciones en que las relaciones sexuales, el embarazo, el nacimiento y la cría de los hijos son permisibles. Cada sociedad tiene su propia combinación, a veces única, de reglas y de reglas para la transgresión de reglas en este campo. Esta regulación supone un control de las relaciones entre personas que, a su vez, contribuye de forma sustancial al control social.²¹
- **Educativa-socializadora.** El objetivo generalizado es la integración de los miembros más jóvenes en el sistema establecido, moralmente o jurídicamente.
- **Psicológica.** Puede ir desde la satisfacción de las necesidades y deseos sexuales de los cónyuges, hasta la satisfacción de la necesidad y el deseo de afecto, seguridad y reconocimiento, tanto para los padres como para los hijos. También se incluiría el cuidado a los miembros de más edad.²²
- **Domiciliaria.** La función consiste en establecer o crear un espacio de convivencia y refugio. Cuando la pareja se traslada a vivir con los padres de la novia o cerca de ellos, la situación se denomina matrilocal. Una pauta patrilocal se da cuando la pareja se traslada con los padres del novio o junto a ellos. La neolocalidad ocurre cuando la nueva pareja se instala en

²⁰<http://www.xtec.es/~mcodina3/familia/funcio.htm> Fecha de consulta 2017

²¹Idem

²²Idem

una residencia independiente. Los primeros casos implican un tipo de estructura extensa, el último, la nuclear.²³

- **Establecimiento de roles.** Según las culturas y en relación directa con el tipo de economía prevaleciente, las familias varían en su estructura de poder y, en consecuencia, en la distribución y establecimiento de roles. Son patriarcales aquellas familias donde el marido toma las decisiones sin consulta ni discusión con los demás miembros. La fórmula patriarcal se constituyó en el tipo predominante de familia no sólo en las grandes civilizaciones de la Antigüedad, sino también en las instituciones familiares griegas y romanas, así como en la sociedad feudal, los antecedentes remotos de la familia occidental actual. De alguna manera sigue siendo la forma prevaleciente en la actualidad, aunque en fuerte tendencia hacia la configuración de una familia equipo testal (cuando la estructura de poder es de tipo igualitario en que el marido y la esposa tienen los mismos derechos, aunque no sean necesariamente considerados como iguales en lo que respecta a la división del trabajo). Si es la esposa quien decide, la sociedad familiar se denomina matriarcal. Sin embargo, ambos casos, destacan en el criterio de autoridad.²⁴

Durante el 2015 se realizó un censo que muestra que el 29% del total de los hogares son dirigidos por una mujer, esto significa que 9 millones 266 mil 211 hogares tienen jefatura femenina.²⁵

Son muchas las familias que viven atrapadas en un sistema familiar que las controla y las dirige, y hasta las llena de insatisfacción, muchas las que se lamentan de sus relaciones familiares, de su presente y su pasado, muchas de las que a pesar de los problemas lo esperan todo de ella, aunque pretendan vivir un ideal de familia incapaces de afrontar su realidad o de esforzarse por

²³Idem

²⁴Idem

²⁵FUENTE: INEGI. Censo de Población y Vivienda 2015.

cambiar, aunque en ese cambio pudieran encontrar la solución o recuperar la esperanza.

La familia es el entorno próximo en donde tiene lugar el desarrollo de la personalidad, donde la individualización es primordial ya que uno se define a sí mismo siempre por referencia a los otros²⁶, es decir, la construcción de “yo”.

Se facilita la autorrealización personal, que es la meta que debe tener toda familia, donde se debe tener la capacidad para ordenar y dirigir nuestros pensamientos y sentimientos, donde la familia actual se configura como un espacio de identidad facilitador no solo del desarrollo personal de los hijos sino también de los adultos.²⁷

La socialización es un proceso a través del cual el individuo interioriza las pautas de su entorno sociocultural, se integra, se adapta a la sociedad convirtiéndose en un miembro de la misma y es capaz de desempeñar funciones que satisfagan sus expectativas. La familia influye en la socialización de modo directo, es la que desarrolla en la persona un sistema de valores, creencias, referidos a los aspectos más importantes de la vida: trabajo, familia, humanidad, sociedad, cultura, amistad, naturaleza, trascendencia..., y en definitiva contribuye decisivamente a crear un modo de percibir la realidad física y social y un modo de percibirse a sí misma.

La familia cambia para buscar un modo mejor de atender a sus funciones fundamentales, pero otras veces se opone al cambio a cualquier precio, porque teme perder la identidad.²⁸ Que no es más que el sentido subjetivo que tiene la familia de continuidad en el tiempo, su situación actual, su carácter y peculiaridades que las diferencian de las demás familias.

²⁶GIMENO, Adelina. *La familia: el desafío de la diversidad*. P. 47

²⁷Idem

²⁸Ibid

Eso genera una cohesión familiar, que se refiere al nivel de proximidad que guardan los miembros de la familia entre sí, a la existencia de un todo compartido, al deseo de estar próximos, de formar una unidad.

Los miembros de la familia tienden, de manera casi espontánea, a mantener la unidad familiar. Aunque la familia llegue a separarse física o legalmente, es bien conocido que el proceso de separación es siempre doloroso y que aún en los casos en que problemas familiares en donde la separación es vista como la mejor solución (como casos de divorcio) la separación psicológica es un proceso largo, difícil y a veces permanentemente inacabado. Esta fuerza que se opone a la desarticulación hace que la familia pueda cumplir sus funciones básicas.

Las familias disfuncionales desconocen los límites, los enmarañan y anulan la identidad individual, en lo cognitivo, en lo conductual y en lo emocional.²⁹

Impacto del Divorcio

El divorcio es la segunda situación que causa más dolor después de la muerte. Todos sabemos que somos mortales y que algún día, lo deseemos o no, vamos a tener que partir de este mundo. En cambio el divorcio es una decisión voluntaria. Nadie está obligado a divorciarse, pues la mayoría de los matrimonios se forman con las intenciones que duren una vida entera.

Las consecuencias de un divorcio por lo general son devastadoras y de larga duración, sin tomar en cuenta la calidad de vida que se tuvo durante ese matrimonio. Si el matrimonio se caracterizó por haber sido estable y bueno, va a dejar un dolor muy difícil de erradicar, a causa de los recuerdos imborrables que quedaron en todos los miembros de la familia envuelta, y en el resto de los familiares de la pareja. Los más afectados son siempre los hijos, porque ellos no entienden ni aceptan las razones de una separación. Ellos se niegan a mirar que

²⁹Ibid

una desgracia de esta clase pudiera llamar a la puerta de su hogar algún día. Si el matrimonio se caracterizó por ser inestable, con muchos malos entendidos y discordias que hicieron la vida insoportable, igualmente dejará mucho dolor y resentimiento por el hecho de haber confiado en alguien que no llenó las expectativas y por el mejor tiempo de la juventud que se fue sin haber sido aprovechado.

Es una tarea imposible para un niño tener que digerir la amarga realidad de que uno de sus padres ya no está más en casa, y que el único tiempo que tienen para compartir con el padre ausente es limitado y en un lugar neutral, porque el padre que se fue ya no pertenece a esa casa a la cual entraba y salía con toda libertad durante todos los años que vivieron juntos como una familia.

La intensidad de las emociones, el dolor, las ofensas, el rencor y otros sentimientos provocan un daño profundo en la pareja difícil de recuperar. Por otro lado, la victimización de los hijos atrapados en la "batalla conyugal", produce deterioros psicológicos irreparables en la psiquis de los menores.³⁰

En todo divorcio, siempre los más afectados son los hijos, no importa la edad que tengan, porque para todo hijo es vital la unidad entre sus padres. Si el niño está en edad escolar le va a afectar mucho en su rendimiento académico. Y el hecho de verse siempre con uno de sus padres mientras que la mayoría de sus compañeros andan y viven con ambos padres, hace que su amor propio se desvalore demasiado. Además de confundirse, su mente se va a saturar de incógnitas cuyas explicaciones jamás lograrán satisfacer su alma infantil.

Esta etapa de separación es un duelo, Gamboa³¹ lo define como el conjunto de manifestaciones fisiológicas, intelectuales, emocionales, conductuales y espirituales que se manifiestan como consecuencia de una pérdida.

³⁰American Academy of Child and Adolescent. *El divorcio*. Disp. en :www.inteligencia-emocional.org 2011.

³¹GAMBOA, Luis. *El duelo y sus etapas*. Marzo 2008. www.gruporenacer.wordpress.com/2008/03/17/el-duelo-y-sus-etapas/ 2011.

Es la reacción psicológica, el dolor emocional que sentimos cuando perdemos a alguien importante en nuestras vidas. No nos tenemos que preocupar, puesto que es un proceso normal por el que pasamos y en el que tenemos que ir adaptándonos a una nueva realidad, cuya evolución, habitualmente, progresa hasta la superación.

El duelo se caracteriza por la aparición de pensamientos, emociones y comportamientos causados por la muerte del ser querido. Aunque cada persona experimenta una serie de emociones por encima de las demás, podemos destacar una serie de vivencias que consideramos comunes a la mayoría de nosotros.

Al principio vivimos momentos de confusión en los que sentimos gran angustia, y algunas molestias, entre las sensaciones corporales que podemos sentir están sequedad de boca, dolor u opresión en el pecho y en la garganta, palpitaciones, sensación de ahogo o de falta de aire, tensión muscular, inquietud, insomnio, pesadillas, despertares frecuentes, mareos, pérdida del apetito, falta de energía, fatiga, pérdida de fuerza, oleadas de calor, temblores, etc. Estas molestias van disminuyendo en frecuencia e intensidad a medida que pasa el tiempo. Es el llamado duelo del cuerpo.³²

En los primeros momentos es habitual que nos cueste creer lo que ha pasado. Le damos vueltas a los 'por qué' y las respuestas que encontramos muchas veces nos hacen más daño.

En esta etapa estamos confusos, y es frecuente que experimentemos dificultades al concentrarnos, falta de interés por las cosas, ideas repetitivas, olvidos frecuentes, o, incluso, podemos tener la sensación momentánea de que está presente la persona que hemos perdido. Son momentos de confusión en los que podemos sentir toda clase de emociones: profunda tristeza, enfado, rabia,

³²www.guiadelduelo.com 2011

desamparo, impotencia, sensación de abandono, amargura, vacío, soledad, miedo, o culpa. También son frecuentes los cambios de humor.³³

Quienes atraviesan por un proceso de duelo transitan por una serie de etapas o vivencias comunes, aunque cada una se caracteriza por una amplia variedad de respuestas humanas. El duelo se desarrolla en 5 etapas o fases, que aunque reciben diferentes nombres según el autor, tienen las mismas características:

1ª etapa: Impacto y Negación.

Incredulidad, confusión, inquietud, oleadas de angustia aguda (agitación, llanto, sensación de ahogo, respiración suspirante vacío en el abdomen, pensamientos obsesivos y algunos síntomas físicos. (Debilidad muscular, temblor incontrolable, perplejidad, mareos y palpitaciones).³⁴

Es un estado de desconcierto y embotamiento, caracterizado por la presencia de conductas automáticas y la incapacidad de aceptar la realidad. En estos primeros momentos hay personas que actúan como si no hubiera ocurrido nada, aparentando ante los demás que aceptan plenamente la situación. En otros casos, encontramos a personas que se paralizan y permanecen inmóviles e inaccesibles.

Se trata de un estado protector que sirve para dar tiempo a asumir la información recibida y puede durar horas o incluso algunos días.³⁵

2ª etapa: Conciencia de la pérdida.

Ansiedad de separación, estrés prolongado, agresividad, impotencia, frustración, hipersensibilidad, trastornos del sueño, comportamiento de búsqueda. En esta etapa llena de conflictos surge la culpa real o imaginaria, aparece con

³³Idem

³⁴GAMBOA Albornoz, Luis Jorge. *El duelo y sus etapas*. Marzo 2008

³⁵ www.guiadelduelo.com

sentimientos y pensamientos de “SI HUBIERA. . .”

La culpa puede tomar varias formas:

(Auto acusaciones. Culpa fantasiosa)

Recapacitar de lo ilógico que es sentir culpa por algo que no podemos cambiar y que no estuvo en nuestras manos hacerlo, disminuirá la culpa y allanara el camino para la resolución de un duelo sano.³⁶

Podemos sentir falta de seguridad y baja autoestima, e incluso enfadarnos con aquellas personas a las que consideramos responsables de la pérdida. Suelen aparecer también sentimientos de injusticia y desamparo junto con problemas como insomnio, pesadillas o sueño no reparador.

En este momento podemos sentirnos con menos capacidad de concentración y tener pérdidas de memoria. Nuestro apetito en general también se ve afectado y nos resulta muy difícil disfrutar de las actividades cotidianas.³⁷

3ª etapa: Conservación o Retraimiento.

Aislamiento, impaciencia, fatiga y debilidad, repaso obsesivo, apoyo social disminuido, necesidad de sueño, desesperación, desamparo, impotencia.³⁸

Este momento se caracteriza por la sensación de desorganización al no estar presente ese ser querido. Por ello, es habitual experimentar apatía, tristeza, desinterés, o incluso una tendencia a abandonarnos y a romper los esquemas de nuestro estilo de vida personal habitual. Algunas personas sienten también el impulso de llevar a cabo cambios radicales en su vida (casa, trabajo, mobiliario, localidad de residencia) o en sus relaciones personales o familiares. Pero es mejor dejarlo para más adelante.³⁹

³⁶GAMBOA Albornoz, Luis Jorge. Op. Cit.

³⁷ *Guía del duelo.* Op. Cit.

³⁸GAMBOA Albornoz, Luis Jorge. Op. Cit

³⁹ *Guía del duelo.* Op. Cit.

4ª etapa: Cicatrización o reacomodo.

Esta etapa se basa en reconstruir la forma de ser, retomar el control de la propia vida, disminución gradual del estrés, aumento de energía física y emocional.⁴⁰ Poco a poco vamos afrontando la nueva situación y reorganizamos nuestra propia existencia. Aquí, el recuerdo de nuestro ser querido empieza a transformarse en una emoción reparadora.

Durante este tiempo tendremos la sensación de estar recorriendo una y otra vez estas cuatro fases, pero cada vez, nos iremos adaptando con mayor tranquilidad a la realidad de esta gran pérdida.

La vida ya no volverá a ser la misma, porque la pérdida deja un vacío irremplazable. Cada uno tiene que seguir su propio camino y su propio tempo, conscientes de que es un proceso que precisa nuestro esfuerzo. El objetivo es conseguir avanzar en la reconstrucción de una vida con un nuevo significado, que nos servirá de ayuda en la maduración y el crecimiento personal.⁴¹

5ª etapa: Recuperación y sanación.

En esta etapa retomamos el control sobre la vida. Es tiempo de dejar partir e iniciar nuevas relaciones.

Se nos brinda la ocasión de ir al interior de uno mismo y descubrir los recursos profundos, pues el sufrimiento vivido conscientemente es con frecuencia un estímulo para evolucionar y abrirse a los demás. Por eso es importante vivir a fondo las cuatro primeras etapas, antes de pasar a la quinta. El doliente está ahora listo para perdonar las faltas y heridas que hayan marcado

⁴⁰GAMBOA Albornoz, Luis Jorge. Op. Cit

⁴¹ *Guía del duelo.* Op. Cit.

su relación. Esta también dispuesto a perdonarse a sí mismo y a dar gracias al ausente por la experiencia que le ha heredado.⁴²

A lo largo del proceso, tendremos que superar distintos retos:

1. **Aceptar la realidad de la pérdida**, afrontando plenamente que la persona querida se ha ido.

2. **Experimentar el dolor de la pena**, sin bloquear los sentimientos ni negar el dolor que está presente. Es imposible perder a alguien a quien se quiere sin experimentar dolor.

3. **Adaptarse a un mundo en el que el ser querido está ausente**. Esto supone empezar a hacer tareas, gestiones, tomar decisiones, etc. sin contar con la presencia y el apoyo que nos daba antes esa persona.

4. **Recolocar emocionalmente a nuestro ser querido y mirar hacia el futuro**. No se trata de olvidarlo sino de encontrarle un lugar apropiado e importante para recordar nuestra vida juntos, pero dejando espacio para otras relaciones significativas. La vida nunca volverá a ser lo mismo, pero enriqueceremos nuestro espacio con nuevas emociones y relaciones.⁴³

La separación de los padres hace que sus niños crezcan con temor; se les hace más difícil poder establecer amistades de larga duración. Se han vuelto desconfiados y creen que en cualquier momento y por cualquier causa van a ser puestos a un lado de su círculo social. De modo que se les hace más fácil permanecer lo suficientemente distantes como para que no los consideren como antisociales, ni tan envueltos, para que el posible rechazo tan temido no les resulte tan cruel.

⁴² GAMBOA Albornoz, Luis Jorge. Op. Cit

⁴³ *Guía del duelo*. Op. Cit.

Cuando esos niños llegan a la juventud siguen teniendo problemas de adaptación en el medio ambiente donde se encuentren; ya sea el colegio o su lugar de trabajo. Ellos sienten que han sido en parte responsables del divorcio de sus padres, y eso hace que se sientan perseguidos por un sentimiento de culpabilidad que los obliga a vivir a la defensiva...siempre huyendo de un fantasma inexistente que los induce a pensar en la adversidad antes de que los hechos se encajen en su lugar.

Cuando estas personas forman sus propios hogares, les acompaña el trauma que su matrimonio se puede derrumbar cada vez que entre ellos se presenta un problema igual o similar al que ellos acostumbraban ver entre sus padres. En estos casos, la pareja que está en ventaja por no acarrear ningún trauma, tiene el deber sagrado de darle a su cónyuge el respaldo emocional que le asegure una vida unida y armoniosa.⁴⁴

Podemos pensar que los niños no comprendan la separación, pero son perfectamente sensibles a los cambios que se producen en la casa y a la ausencia. La reacción casi inmediata de un niño al enterarse de la muerte o separación de un ser querido gira en torno a tres preguntas: ¿la cause yo?, ¿me puede ocurrir a mí, a papá o a mamá?, ¿quién cuidará de mí? Se debe dar respuesta a estas preguntas según el nivel de entendimiento de cada niño. Algunos síntomas significativos que se manifiestan en la conducta de los niños son:

Cansancio o hiperactividad

Sentido de vulnerabilidad

Miedo por su seguridad y por sus seres más queridos.

Problemas de atención y memorización

Falta de sueño y apetito.

⁴⁴MSC. *El divorcio, sus causas y complicaciones*. Disp. en: www.msccperu.org 2015

Gamboa hace las siguientes recomendaciones para un duelo sano, que bien pueden ser aplicadas tanto para las parejas e hijos de éstas que atraviesan un divorcio:



A los niños siempre hay que hablarles con la verdad y tratar de responder de la mejor manera a todas las preguntas o dudas que pudieran tener. Y en el caso de que uno o más síntomas permanezcan de manera prolongada, solicitar ayuda profesional para valorar la situación y facilitar la aceptación.

La finalidad de un duelo es dar expresión y cause sano a los sentimientos, serenar el sufrimiento dominando la pena de la separación, aceptar la realidad, en este proceso debemos encontrar un significado a nuestra vida.

Cuando la familia se desintegra, se bloquea el proceso de desarrollo del niño, su afección se refleja en todos los niveles de su educación ya que pudieran desarrollar altos niveles de estrés, depresión, ansiedad y baja autoestima, este tipo de problemas en los niños reducen su capacidad de atención y concentración en la escuela que pueden deteriorar el buen aprovechamiento y rendimiento escolar.

El niño que se enfrenta a la ruptura de la pareja parental experimenta un sentimiento de pérdida muy intenso. Se trata, ante todo, de la pérdida de sus puntos de referencia afectivos, en la medida en que la ruptura del vínculo amoroso entre su padre y madre lo induce a cuestionar los lazos que lo unen a cada uno de ellos.⁴⁵

Las reacciones del niño ante la separación parental se ven influenciadas por su edad y por su capacidad para integrar, tanto intelectual como afectivamente, la realidad de su nueva situación familiar.

En este trabajo nos enfocaremos a las edades de 6 a 12 años donde Gerard establece que:

⁴⁵POUSSIN, Gerard. Elisabeth Martin-Lebrun. *Los hijos del divorcio*. 1999.

El niño de 6 a 8 años de edad.	Se le dificulta el aprendizaje de la lectura y escritura, el temor de verse abandonado es más intenso. El niño puede manifestar cólera contra su madre, pero oculta con mayor facilidad la agresividad contra el padre.
El niño de 9 a 12 años.	Posee mucha mayor capacidad para comprender la realidad. Son mucho más intensas sus manifestaciones de rechazo al padre que se ha marchado, al que a su juicio ha fallado.

Elaboración propia a partir de Gerard.

Los niños en condiciones de ruptura familiar se vuelven muy sensibles y vulnerables, presentando reacciones similares a las de cualquier niño de su edad perturbado emocionalmente y / o sometido a presiones intensas, tales como:

- ❖ Sentimientos de rabia
- ❖ Dificultad en las relaciones interpersonales
- ❖ Ansiedades de separación
- ❖ Problemas escolares
- ❖ Alimentación
- ❖ Sueño.
- ❖ Etc.

Por su parte María Jesús Mardomingo observó que el proceso del divorcio en los niños escolares de seis a doce años actúa en la negación; ⁴⁶Se niegan a aceptar la realidad del divorcio y se consuelan pensando que su padre o madre terminarán por volver a casa; temen perder para siempre al padre que se ha ido y vigilan a

⁴⁶ Mardomingo, María Jesús. *El entorno social, niño y adolescente: familia, adolescencia, adopción e inmigración*. P. 89

aquel con el que viven pues temen que también los pueda abandonar. Los niños sufren trastornos de ansiedad, rinden menos en la escuela y son extraordinariamente vulnerables en las escenas de violencia y las disputas familiares.

El Departamento de Psiquiatría de la Universidad de Michigan encontró que los hijos de divorciados eran tratados en una proporción de dos a uno con la población general. Estos niños sufrían, en la mayoría de los casos, síntomas asociados a la falta de control en la agresión. En los más pequeños, la agresividad era contra los padres separados y los hermanos.⁴⁷

En un estudio de seguimiento se encontró lo siguiente:

El 29% de los hombres cuyas familias se rompieron antes de que cumplieran 16 años, sufrieron antes de los 26 años, problemas psicopatológicos o de inadaptación social o se divorciaron o separaron antes de los 26 años, comparados con el 18% de los hombres de familias intactas.

El 21% de las mujeres cuyos padres se divorciaron antes de los 16 años, hacia los 26 sufrieron lo mismo que los hombres o tuvieron hijos ilegítimos, comparadas con el 10.1% de las mujeres de familias no divorciadas.

Igualmente encontraron que los hijos de ambos sexos, de padres separados, tenían una vida académica significativamente menor que sus pares de familias no divorciadas. Los hallazgos indican que la separación y divorcio de los padres, tienen un considerable perjuicio sobre la vida de los hijos que se expresa en patologías psicológicas, inadaptación social, menores logros educativos en ambos sexos y menores logros económicos en hombres.⁴⁸

⁴⁷ www.inteligenciaemocional.com Fecha de consulta 2016

⁴⁸ Idem

Los varones parecen tener mayores dificultades para atravesar la crisis, tanto en intensidad de sentimientos como en su duración. Es más frecuente que presenten más problemas escolares que las niñas, y mayor irritabilidad. No obstante, es muy probable que las niñas se sientan igualmente perturbadas, pero demuestran sus sentimientos con menos violencia, retrayéndose, volviéndose más ansiosas o comportándose excesivamente bien.

Menciona Gianella⁴⁹ que se observó un fenómeno que denominaron “el efecto aletargado”. Las niñas mostraron una mejor adaptación en la etapa inmediatamente posterior al divorcio. Lograron un mejor desenvolvimiento social, escolar y emocional, pero cuando entraron en la etapa adulta y establecieron sus primeras relaciones de pareja, se enfrentaron con un efecto retardado del divorcio de sus padres. Sufrieron serias dificultades relacionales, y se sentían obsesivamente preocupadas por sus relaciones personales. Sentían mucho temor a la traición, mostrando una intensidad mayor en relación a los varones del estudio. Se planteaban cómo sería posible asumir un compromiso en la pareja, si cualquiera puede cambiar de idea en cualquier momento.

La unidad matrimonial es algo que debiera cultivarse y mantenerse tan saludable como sea posible con tal de evitar su vulnerabilidad, sabiendo que su deterioro envuelve a muchas personas en un dolor innecesario, y que puede evitarse si el círculo familiar se atiende a tiempo y a plenitud.

⁴⁹GIANELLA, Carolina. *Efectos psicosociales del divorcio en los hijos*. 17/04/98 disp. en www.ctv.es/USERS/emausfamilia/mf/efectos.htm

1.2. Proceso psicológico de la construcción de la Pareja

Especialistas de la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM) analizaron las implicaciones neurológicas de este sentimiento, llamado amor, en el cual dedujeron que éste dura máximo cuatro años y se caracteriza por ser un "estado demencial temporal"⁵⁰

Por su parte Helen Fisher antropóloga concluye entonces que, en el área de pareja, se tiende a producir un ciclo consistente en una etapa inicial de enamoramiento con exclusividad sexual relajada, pasando por una fase de crianza de un hijo y culminando en la separación. Como dicha secuencia se solía dar durante la vida fértil con una periodicidad de aproximadamente cuatro años, denominó a su teoría como el "ciclo reproductor de 4 años".⁵¹

En términos biológicos lo que sucede, en el fondo, es que cuando una pareja se estabiliza en el tiempo, va desarrollando una suerte de acostumbramiento a la presencia del otro. Aunque la unión sea muy satisfactoria, se irá generando una tolerancia similar a la que experimentan los drogadictos, haciéndonos resistentes a los estímulos repetidos. Es decir, si la relación se ha vuelto rutinaria se debe a que nuestro cerebro está menos sensible a su "propia" anfet (para que se secrete dopamina^{*52} se requiere de la novedad). Por tanto, cuando las parejas monógamas desarrollan dicha tolerancia mutua y se pierde la euforia romántica, no significa que nos hayamos equivocado de persona ni que la relación sea aburrida, sino que nuestros cerebros plásticos se han adaptado tan bien el uno al otro que nos resulta mucho más difícil estimular los centros del placer, para lo cual ayuda el realizar juntos nuevas actividades). No obstante, esto no significa que sea imposible mantener un tipo de amor con componentes pasionales y románticos, eventualmente, durante toda la vida.

⁵⁰ BARRENECHEA, Rodrigo. "El amor dura máximo cuatro años, científicos mexicanos" 14/02/2008 disp en: www.tecnologíahechapalabra.com 2011

⁵¹GODOY H, Alejandra. "¿Cuánto dura el amor?" 11/06/10 disp. En: www.manuelgross.bligoo.com 2001

⁵² * Dopamina: neurotransmisor que se relaciona con la sensación de bienestar. DICCIONARIO DE LA LENGUA ESPAÑOLA - Vigésima segunda edición

Es así como la pasión va cediendo espacio a otras manifestaciones tales como el afecto, ternura, apego, pertenencia, seguridad, compañerismo y aceptación. Ello no supone la desaparición del amor, sino que comienza una nueva fase de la relación, más consolidada y más responsable. Se trata de un amor más sereno y calmado, donde la comunicación es más fluida, de mayor complicidad.⁵³

Entonces podemos decir que aunque esté científicamente comprobado que el amor, tiene una duración de cuatro años, es responsabilidad de las parejas, fomentar la reinvención y maduración de dicho sentimiento para así saber lo que se quiere de uno mismo y de los demás, siendo capaces de tomar compromisos y cumplirlos, tanto en pareja, como en la familia y la sociedad.

El hombre solo puede ir hacia adelante desarrollando su razón, encontrando una nueva armonía, para el ser humano estar separado provoca angustia, porque significa estar aislado, la necesidad más profunda del hombre es superar su “separatidad”⁵⁴ es decir, ese sentimiento de estar “solo”.

El amor es un poder activo en el hombre; un poder que atraviesa las barreras que separan al hombre de sus semejantes y lo une a los demás; el amor lo capacita para superar su sentimiento de aislamiento y separatidad, y no obstante le permite ser el mismo, mantener su integridad.

Además de “dar” el amor se vuelve evidente en el hecho de que implica ciertos elementos básicos como: *cuidado, responsabilidad, respeto y conocimiento*.

Ser responsable significa estar listo y dispuesto a responder, mismo que podría degenerarse en dominación y posesividad, si no interviniera un tercer componente del amor llamado, respeto. Esté no significa temor y menos sumisión, es ver a la persona tal cual es, significa preocuparse porque la otra persona crezca y se desarrolle.⁵⁵

⁵³Idem

⁵⁴ FROMM, Erich. *El Arte de Amar*. Pp 20.

⁵⁵Idem Pp.36.

Si amo a la otra persona, me siento uno con ella, pero con ella tal cual es, no como yo necesito que sea, como un objeto para mi uso.

El hombre de todas las edades y culturas enfrenta la solución de cómo superar su separatividad, como lograr la unión, como trascender. La vida en pareja favorece que el hombre y la mujer hablen, convivan y actúen juntos: mientras más dispuesta está la pareja a dialogar, hablar y discutir, a tomar decisiones comunes y llegar a acuerdos, en esa medida logra una mayor comprensión y una satisfacción más efectiva de sus necesidades y deseos.⁵⁶

Pero qué difícil es llevar a cabo estas cuestiones cuando no sabemos convivir y más aún aceptar a la pareja tal cual es, cuando la vemos como nuestra propiedad o caemos en el error en que debe cambiar por nosotros y satisfacer nuestros caprichos, cuando nos volvemos egoístas y pretendemos recibir exactamente lo que damos en la misma proporción, ahí se produce una gran frustración si vemos que la otra persona no responde igual a la forma en que lo haríamos nosotros.

Cualquier conducta egoísta es tropiezo para alcanzar la felicidad de un matrimonio. Impide trabajar en la lucha por el bien común, no deja emprender nuevos proyectos que los beneficien e interrumpe el crecimiento y la madurez que debe alcanzar toda pareja.

1.3. Tipos de Uniones o Matrimonios

Uno de los fenómenos más extensos hoy en día, es el número creciente que las uniones de hecho están alcanzando en el conjunto de la sociedad, una problemática actual y difícil, que toca de cerca la misma entraña de las relaciones humanas, la parte más delicada de la íntima unión entre familia y vida, las zonas más sensibles del corazón humano.

La expresión “unión de hecho” abarca un conjunto de múltiples y heterogéneas realidades humanas, cuyo elemento común es el de ser convivencias (de tipo

⁵⁶OLGUIN, Palmira del Carmen, et al. *Manual de la Familia*. Pp 7.

sexual) que no son matrimonios. Las uniones de hecho se caracterizan, precisamente, por ignorar, postergar o aún rechazar el compromiso conyugal.⁵⁷

Con el matrimonio se asumen públicamente, mediante el pacto de amor conyugal, todas las responsabilidades que nacen del vínculo establecido. De esta asunción pública de responsabilidades resulta un bien no sólo para los propios cónyuges y los hijos en su crecimiento afectivo y formativo, sino también para los otros miembros de la familia. De este modo, la familia fundada en el matrimonio es un bien fundamental y precioso para la entera sociedad, cuyo entramado más firme se asienta sobre los valores que se despliegan en las relaciones familiares, que encuentra su garantía en el matrimonio estable.

López asegura que las uniones de hecho deterioran la “institución matrimonial” donde las relaciones de pareja no comportan derechos y deberes matrimoniales, ni pretenden una estabilidad basada en el vínculo matrimonial, en las cuáles existe un “compromiso” de fidelidad mientras dure la relación.

Otro variante es la unión de hecho “a prueba” es frecuente entre quienes tienen el proyecto de casarse en el futuro, pero lo condicionan a la experiencia de una unión sin vínculo matrimonial. Es una especie de etapa condicionada al matrimonio, para dar un cierto reconocimiento social.

En otras ocasiones, las uniones de hecho se establecen entre personas divorciadas anteriormente. Son entonces una alternativa al matrimonio. Con la legislación divorcista el matrimonio tiende, a menudo, a perder su identidad en la conciencia personal. En este sentido hay que resaltar la desconfianza hacia la institución matrimonial que nace a veces de la experiencia negativa de las personas traumatizadas por un divorcio anterior, o por el divorcio de sus padres.

⁵⁷ LOPEZ Trujillo, Alfonso. *Familia, Matrimonio y Uniones de hecho*. 2000. Disp. En www.vatican.va

Este preocupante fenómeno comienza a ser socialmente relevante en los países más desarrollados económicamente.⁵⁸

No siempre las uniones de hecho son el resultado de una clara elección positiva; a veces las personas que conviven en estas uniones manifiestan tolerar o soportar esta situación el mayor número de uniones de hecho se debe a una desafección al matrimonio, por falta de una formación adecuada de la responsabilidad, que es producto de la situación de pobreza y marginación del ambiente en el que se encuentran. La falta de confianza en el matrimonio, sin embargo, puede deberse también a condicionamientos familiares, especialmente en el predominio cultural de actitudes machistas o racistas.⁵⁹

Es más frecuente la cohabitación (durante periodos más o menos prolongados de tiempo) hasta la concepción o nacimiento del primer hijo, en este tipo de relaciones.

Es importante preguntarse por los motivos por los que la cultura contemporánea asiste a una crisis del matrimonio, tanto en su dimensión religiosa como en aquella civil. La complejidad de los motivos de orden económico, sociológico y psicológico, inscrita en un contexto de privatización del amor y de eliminación del carácter institucional del matrimonio, sugiere la conveniencia de profundizar en la perspectiva ideológica y cultural a partir de la cual se ha ido progresivamente desarrollando y afirmando el fenómeno de las uniones de hecho, tal y como hoy lo conocemos.

La institución matrimonial atraviesa una crisis, dentro de un proceso que podría denominarse, de gradual desestructuración cultural y humana de la institución matrimonial, en tanto que la antropología individualista del neo-liberalismo afirma

⁵⁸Idem

⁵⁹Idem

que existe una cierta tendencia a designar como “familia” todo tipo de uniones consensuales.⁶⁰

Entonces podemos asentir, que si bien no existe un documento civil o acto canónico en este tipo de parejas o relaciones, el vínculo familiar está presente, más aun habiendo hijos de por medio.

El divorcio no es admitido por la iglesia debido a que va contra la ley natural de que los esposos deben vivir juntos hasta que la muerte los separe⁶¹. Además el matrimonio ante la iglesia adquiere el grado de sacramento por lo que el hombre no puede separar lo que Dios ha unido hasta que los separe la muerte de alguno de los cónyuges.

El código de derecho religioso establece ciertas disposiciones en las que los cónyuges se pueden separar sin disolver el vínculo, ya que existen situaciones en que la convivencia matrimonial se hace prácticamente imposible; en tales casos, la iglesia admite la separación física y no el divorcio ni la vuelta a casar de los esposos, solo contempla el fin de la cohabitación⁶². Pero ante la iglesia siguen siendo marido y mujer.

En México, en el año de 1859, se consideraba al matrimonio como un vínculo indivisible, De esta manera, se percibía al divorcio como un mal social, contrario a las buenas costumbres y a la buena moral, por lo que el procedimiento para tramitarlo era complejo y sólo procedía por causas graves como el padecimiento de enfermedades contagiosas e incurables, o como el adulterio* y la sevicia*, causas que debían ser probadas ante un juez de primera instancia.

⁶⁰Idem

⁶¹www.vidahumana.org/vidafam/iglesia/divorcio. 2012 fecha de consulta 2015

⁶²Idem

1.4. Antecedentes y Causas del Divorcio

El divorcio es una institución que aparece en el transcurso del tiempo y de la historia a través de organizaciones familiares. Para hablar de éste debemos asentar las bases que dan pie a esta separación, lo que nos lleva a hablar del matrimonio, ya que no puede generarse un divorcio sin antes haber existido esa unión.

En nuestra sociedad conocemos dos clases de matrimonio: el civil, que se contrae sin la intervención del sacerdote, y en presencia del Oficial del Estado Civil. El cuál desaparece con el divorcio, en nuestro país, el divorcio está regido por la ley. La otra clase de matrimonio civil como el canónico debe celebrarse con la presencia de testigos de probada seriedad, el cual establece que lo que Dios unió no lo puede separar el hombre.

Antes de la Ley del Registro Civil no se publicaron leyes sobre el matrimonio, porque se consideraba que era un acto sujeto al derecho canónico y a la potestad de la Iglesia. Su regulación se basaba en la legislación española y canónica, en especial el código de Las siete partidas, que data de mediados del siglo XIII, así como de los decretos del Concilio de Trento, publicados en 1563. De acuerdo con las Partidas, infiere que el matrimonio se instituía con la unión de un hombre y una mujer, con el propósito de vivir en comunidad indisoluble, guardándose fidelidad y ayuda mutua.⁶³

Trescientos años después, el Concilio de Trento ordenó que el matrimonio debiera celebrarse “a la faz de la Iglesia”; es decir, en presencia de la comunidad y del párroco, quien preguntaría a los novios si era su voluntad unirse en matrimonio. Expresado el consentimiento los declararían unidos con estas palabras: “Yo os uno en matrimonio, en el nombre del Padre y del Hijo y del Espíritu Santo”, o una fórmula semejante. Lo anterior con el propósito de hacer patente la mediación de

⁶³ GUERRERO F, David. *Amores y contratos. La ley del matrimonio civil de 1859*. Disp. En www.bicentenario.gob.mx Jun 2011. Fecha de consulta 2015

la Iglesia en la celebración del sacramento y evitar en lo posible los matrimonios “clandestinos”.

La intervención del Estado mexicano en el matrimonio comenzó con la expedición de la Ley Orgánica del Registro Civil del 27 de enero de 1856, seguida de la Ley del Matrimonio Civil del 23 de julio de 1859 y de la nueva Ley Orgánica del Registro Civil fechada el 28 de julio del mismo año. La ley en la materia explicaba que por la independencia declarada de los negocios civiles del Estado respecto a los que competen al orden eclesiástico, cesaba la delegación que el poder soberano había hecho en el pasado, para que el matrimonio surtiera sus efectos civiles con la sola intervención de la Iglesia católica.

Ahora el Estado definía al matrimonio como un “contrato civil” que se contraía lícita y válidamente ante la autoridad. Para ello bastaría que los contrayentes, una vez cubiertas las formalidades, se presentasen ante el juzgado civil para expresar libremente su voluntad de unirse en matrimonio.⁶⁴

Una condición presente tanto en las fuentes canónicas como en el derecho civil, estriba en que el matrimonio sólo podía realizarse a condición de que los contrayentes se presentasen a manifestar su libre voluntad ante el juez del Registro Civil.

Al momento de atender la solicitud del matrimonio, el juez debía levantar un acta misma que quedaría asentada en el libro correspondiente, la autoridad civil preguntaba a cada contrayente si era su voluntad unirse en matrimonio con el otro. Verificado el asentimiento, se daba lectura a los artículos 1º, 2º, 3º y 4º de la ley en la materia, además de enunciar la célebre epístola de Melchor Ocampo, donde se expresaba que el matrimonio civil era: “el único medio moral de fundar la familia, de conservar la especie y de suplir las imperfecciones del individuo que no puede bastarse a sí mismo para llegar a la perfección del género humano.”

La Epístola de Melchor Ocampo forma parte de la Ley del Matrimonio Civil del 23 de julio de 1859, es decir, hace casi 147 años es repetida en cada ceremonia y

⁶⁴Idem

que a mi punto de vista ya no tiene ningún sentido en la vida actual del país. La Comisión de Gobernación establece que la lectura obligada del texto, contenida en el artículo 15 de la Ley del Matrimonio Civil, quedó derogada de manera formal con la expedición del Código Civil de 1870.⁶⁵

Es lamentable que, no obstante, que la epístola de Melchor Ocampo contenga elementos anacrónicos, se haya mantenido vigente hasta hace poco tiempo.

En la actualidad, el divorcio se encuentra legislado en el código civil vigente de cada una de entidades federativas que conforman nuestro país, es decir, existe un código civil para cada entidad.

Con sus variantes según la entidad de que se trate, los códigos civiles, en sus disposiciones, precisan:

1. Las instancias a las que se debe acudir para tramitar el divorcio.
2. Los tipos de divorcios que se pueden tramitar.
3. Las causas de divorcio vigentes en la entidad.
4. Las condiciones y/o requisitos en que ha de efectuarse el trámite.
5. Las consecuencias del divorcio.

En México la captación de la estadística de divorcios inicio en 1926, y para 1930 alcanzaron la cifra de 1,626 divorcios, mientras que el número de matrimonios se ubicaba en 100,729. Para el año de 2002, se alcanzó un índice de 9.8, o sea, de casi 10 divorcios por cada 100 matrimonios, como se puede constatar con el cuadro que a continuación se presenta:

⁶⁵FRANCO, Luciano. *“Retiran Epístola de Melchor Ocampo en Matrimonios”*. Disp en www.cronica.com Jun 2011

Estados Unidos Mexicanos			
Matrimonios, Divorcios e Índice de Divorcialidad			
1930- 2000 y 2002			
Año	Matrimonios	Divorcios	Índice de Divorcialidad
1930	100,729	1,626	1.6
1940	156,358	4,291	2.7
1950	177,531	7,929	4.5
1960	239,527	14,964	6.2
1970	357,080	31,181	8.7
1980	493,141	21,674	4.4
1990	642,201	46,481	7.2
2000	707,422	52,358	7.4
2002	616,654	60,641	9.8

Fuente: Estadísticas Vitales. INEGI. Varios Años.

Fecha de Consulta 2015

Por lo anterior, se puede distinguir un crecimiento tanto del número de matrimonios como de divorcios, sin embargo al incrementarse el índice de divorcialidad significa que la tasa de crecimiento de divorcios se encuentra por encima de la tasa de crecimiento de los matrimonios⁶⁶.

En los últimos años el número de divorcios en México se incrementó considerablemente.



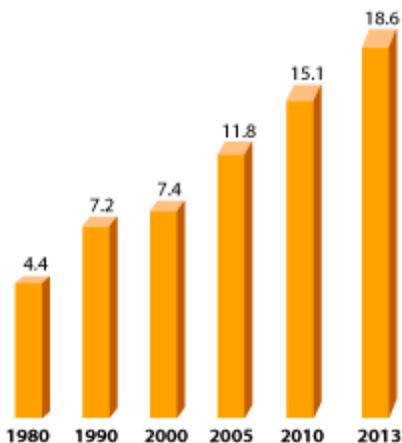
En México...

Al 2013 se registraron 108 mil 727 divorcios, en **2012 fueron 99 mil 509 y en 2011** la cifra se ubicó en **91 mil 285**.

En México ha ido en aumento el número de divorcios por cada 100 matrimonios. Observa la gráfica:

⁶⁶SANCHEZ A., José Luis. *El divorcio en México: antecedentes, evolución y perspectivas*.

Relación divorcios-matrimonios (1980-2013)



En 1980 por cada 100 matrimonios había 4 divorcios; en 1990 y 2000 esta cifra se elevó a poco más de 7 divorcios, para 2010 el número de divorcios por cada 100 matrimonios.

De los divorcios registrados en 2013, el 58% de las parejas estuvieron casadas 10 años o más.⁶⁷

Divorcio Express

A partir del seis de octubre de dos mil ocho, el Código Civil para el Distrito Federal tuvo reformas, estableciendo el Divorcio sin causa o como se le ha llamado “Divorcio Express”. En este tipo de divorcio, es suficiente que uno de los cónyuges manifieste su voluntad de no querer continuar con el matrimonio, sin que se le pida el motivo del por qué lo solicita, siempre que haya transcurrido un año de la celebración del mismo.

⁶⁷ www.inegi.org.com Fecha de consulta 2015

Quien puede divorciarse así:⁶⁸

- a) Quienes haya cumplido cuando menos un año de casados;
- b) Que hayan establecido su domicilio conyugal en la ciudad de México en término de ley aun y cuando no se hayan casado en esta ciudad, es decir si se casaron en el interior de la República Mexicana si podrán divorciarse, bajo los requisitos de ley.
- c) Habitar o haber tenido como último domicilio conyugal en el D.F.
- d) Principalmente, que uno de los cónyuges quiera divorciarse. Aún y cuando su cónyuge no lo quiera.

Beneficios del divorcio exprés en el D.F.⁶⁹

- Fácil y bajo costo
- Rápido
- Mandando tus datos de divorcio y llenando tu solicitud
- Aun sin el consentimiento de tu cónyuge
- No es necesario confrontarte con tu cónyuge
- Sentencia en términos de ley

Si bien toda pareja se casa supuestamente enamorada, la mayoría desconoce la responsabilidad que implica formar una familia. La intolerancia, la irresponsabilidad, los reclamos, la falta de consideración y el irrespeto entre los cónyuges pueden hacer del matrimonio una carga pesada que termine con la ruptura del vínculo matrimonial, algunas de las causas principales que determinan el fracaso de la pareja pueden ser de índole personal, social, moral religiosa, económica o psicológica.

La educación debía contemplar esta formación para nosotros aprender a vivir en pareja, es decir que nuestra formación incluyera carácter ético-moral.

⁶⁸www.divorcioexpressdf.com Fecha de consulta 2015

⁶⁹Idem

Lo cierto de cada divorcio es que pone en peligro la vida afectiva no solamente de los esposos, sino el bien de los hijos, la firmeza de la familia y el bien común de la sociedad entera.

Al momento de citar los diferentes impactos que el divorcio adquiere en las personas que lo viven, son por ejemplo el impacto económico, psicológico, el familiar el cual indica que existen dos caminos para superar la separación por las buenas o por las malas ó como bien se dice en el argot jurídico, voluntario o necesario, es la manera de saber si se ha dado la calma o se ha declarado la guerra entre cónyuges.

A continuación se enumeran los problemas que pueden generar conflictos y conducir al divorcio.

1. Elección de la pareja

El individuo se casa con la persona que él “imagina” como ideal. Al intentar o tratar de cambiar al compañero “como yo quisiera que fuese” y sin aceptar la realidad de que es una persona totalmente diferente a lo imaginado, el vínculo se torna conflictivo. A veces es tanta la patología, que no se tolera que la pareja sea igual “al ideal” pero tampoco diferente, todo lo cual acarrea profundas incompatibilidades que terminan con la ruptura matrimonial.

2. Edad de los cónyuges e inmadurez

Muchos matrimonios se realizan a edades muy tempranas, cuando aún no han terminado de vivir su adolescencia y no están preparados para afrontar la responsabilidad de su nuevo status y de un hogar. El no contar con una independencia económica que permita solventar las necesidades básicas de alimentación, vivienda, vestimenta, educación, recreación y atención médica, puede ir amargando a la pareja que se inicia.

3. *Diferencias Individuales*

Estas pueden ser tan marcadas que no permitan una adecuada comprensión entre la pareja. Las necesidades de uno no son entendidas por el otro y no se logra un acuerdo. Es frecuente observar retraimiento exagerado, impulsividad y maneras de ser muy disímiles. Los celos motivan que el cónyuge se sienta perseguido y vigilado. Ello crea una gran inestabilidad en la pareja y da origen a una serie de disputas que terminan por cansar a la otra parte. Hay casos exagerados de tipo patológico (celopatía) que bloquean totalmente la comunicación y terminan con la disolución del matrimonio. Algunos buscan otros incentivos fuera del hogar, juegos, “parrandas”, satisfacciones de índole sexual, consumo de alcohol y otros, que generalmente terminan en divorcio.

4. *La Pareja y las Adicciones*

Es uno de los factores que puede llevar al maltrato y las vejaciones. La constante agresión que se suscita dentro de la pareja puede generar en algunos casos, una relación patológica, la cual puede terminar o no con la unión conyugal.⁷⁰

Cabe mencionar que el adulterio ya no será un delito en México, luego de que el Senado de la República aprobó derogar el Capítulo IV del Título Decimoquinto del Código Penal Federal.

El motivo para suprimir éste delito es que resulta muy difícil de comprobar, ya que es necesario sorprender el delito infraganti y con escándalo o en la casa conyugal.⁷¹

Es importante saber que el divorcio no es un hecho aislado, sino un proceso que desintegra la unidad familiar, especialmente la de los niños, la estabilidad emocional y muchas veces económica. Es recomendable tener presente que

⁷⁰ De URDANETA, Yolanda. *Los hijos del divorcio*. pp. 15-17.

⁷¹ ESPINOSA, Alberto. “*adulterio ya no será delito*” 24/03/11 disp. En: www.sexenio.com.mx jun. 2011.

durante este periodo habrán numerosos cambios y ajustes en la vida de los menores⁷².

Entonces, cuando se presenta una separación tanto en las parejas de uniones de hecho como en los matrimonios, debería haber el compromiso y responsabilidad en las parejas de procurar el bienestar de los hijos, se entiende que cuando se presenta una situación de divorcio, las parejas ya no comulgan con sus ideales y muchas veces la convivencia es complicada, pero los hijos en estas situaciones son los menos culpables de tal situación, por ende, no deben de dejar de lado que aunque el lazo matrimonial o conyugal desaparece la imagen del padre y madre para los hijos es permanente.

1.4.1. Concepto y Clasificación

En este apartado se abordará el tema del divorcio desde el ámbito legal, así como sus antecedentes y algunas causas, de igual manera trataremos el tema de la familia en México, el impacto que tiene el divorcio en ella y su transformación dentro de esa estructura.

El Divorcio se puede definir como la disolución del vínculo matrimonial que deja a los cónyuges en la posibilidad de contraer otro matrimonio o la ruptura del vínculo conyugal, pronunciado por tribunales, a solicitud de uno de los esposos (Divorcio por causa determinada) o de ambos (Divorcio por mutuo consentimiento) sanción resultante de una acción encaminada a obtener la disolución del matrimonio⁷³.

Es decir que el divorcio es sinónimo de rompimiento absoluto y definitivo del vínculo matrimonial entre los esposos, por la intervención de una autoridad judicial facultada por las leyes, expuesto en el código civil.

A grandes rasgos podemos hablar de dos tipos fundamentales de divorcio, que se distinguen por la disposición de las partes para llegar a un acuerdo tenemos el *divorcio de mutuo acuerdo*, o *divorcio amistoso (voluntario)*, es aquel que es

⁷²SEGUEL, A. *Psicología del desarrollo*. 2000.

⁷³DIAZ, Guadalupe. Divorcio, disponible en: www.monografias.com/trabajos4/leyes/leyes.shtml. 2011

solicitado por ambas partes, o por lo menos buscando el consentimiento de la otra parte. El *divorcio contencioso*, o *divorcio judicial (necesario)*, es que tras la imposibilidad de llegar a un acuerdo, uno de los cónyuges toma la decisión de solicitarlo de forma unilateral, sin el consentimiento del otro. Siempre es preferible recurrir al divorcio voluntario, o amistoso, pues en su versión judicial, o contenciosa, inevitablemente surgirán argumentos que desprestigiarán o afectarán al honor de alguna de las partes. Los argumentos de uno y otro cónyuge pueden en este caso llegar a ser muy violentos, involucrando en la mayor parte de casos a los propios hijos.

El divorcio ha pasado a ser un elemento más de la vida moderna, de los cambios ocurridos en nuestra sociedad, de conceptos de democracia, según los cuales toda persona tiene derecho de expresión, acción y decisión cuando se trata de buscar su bienestar y felicidad⁷⁴.

1.5 Transformación de la Estructura Familiar a partir del Divorcio

La separación supone de una u otra forma, múltiples cambios en la vida cotidiana de los padres y de los hijos. Aquella unidad familia se ve desquebrajada y los roles cambian, así como la economía, trabajo, cambios de vivienda y la vida social.

Uno de los dos progenitores o ambos se verán obligado a cambiar de vivienda, donde en numerosos casos empeora la calidad de la vivienda, se generan mayores gastos, la organización del espacio es otra y por lo regular las relaciones entre los padres sigue siendo conflictiva, para el niño el hecho de vivir en dos casas diferentes, con dos habitaciones diferentes, etc., exigen en él una adaptación que no siempre resulta fácil.

El hecho de tomar conciencia, todos los días, de que sus padres viven en diferente lugar es para los niños (as) motivo de sufrimiento.

⁷⁴De URDANETA, Yolanda. *Los hijos del divorcio*. p. 14

Si la casa original se conserva, tampoco es la misma y es inevitable sentir la ausencia del otro progenitor. En efecto, los cambios en la estructura familiar se hacen evidentes en cada lugar y en cada escena familiar, lo que requerirá una adaptación a un hecho irreparable: nada volverá a ser igual.⁷⁵

Tener cosas en dos casas, dos habitaciones, etc., supone algunas ventajas, pero al mismo tiempo supone una adaptación que, al menos durante un periodo relativamente largo genera inestabilidad.

Las dificultades económicas pueden llevar a vivir a uno de los padres a vivir con sus padres, los abuelos del menor. Esta nueva vida familiar puede verse favorecida con los cuidados y disponibilidad de los abuelos, pero también que critiquen al que no es su hijo, así como que se creen nuevas dificultades de convivencia.

La separación supone cambios en los recursos económicos. Los hábitos en el vestir, comer, forma de divertirse o viajar, etc., pueden sufrir cambios, y exigir un grado de austeridad al que muchos menores no están acostumbrados. Aunque en estos casos los padres suelen esforzarse para que a los hijos no les falte nada, los hijos sufren de una u otra forma los efectos, o lo perciben en los padres, convirtiéndolo en causa de preocupación y sufrimiento.⁷⁶

Si no se colabora y se busca un equilibrio y adaptación a esta situación, inclusive con la situación que el padre debe pasar pensión y lo no hace o lo hace de manera tardía, la economía se convierte en otro campo de batalla. La situación precaria de alguno de los padres genera hostilidad en los hijos hacia aquel padre que tiene más recursos.

Aunque la diversidad de casos no permite hacer generalizaciones, es frecuente que la separación conlleve a mayor pobreza para ambos miembros de la pareja.

⁷⁵LOPEZ, Sánchez Félix. *Separarse sin grietas. Sufrir menos y hacerlo bien con los hijos*. Barcelona: GRAO, 2010. PP. 62.

⁷⁶Ibidem. Pp.63

Lo más común es que el padre se vea obligado a salir de la casa familiar y pasar pensión a los hijos, en el caso de las madres, la situación es más grave (ya que muchas de ellas no trabajan de forma remunerada, y las que lo hacen suelen ganar menos que los varones); eso da lugar a una bien conocida y frecuente situación de pobreza de las madres que se quedan con los hijos.⁷⁷

Por otro lado, el comportamiento económico de los padres con los hijos, es muy dispar, uno puede exigir cierta austeridad, mientras el otro no, esto puede desorientar a los hijos. Pretender ganarse a los hijos con dinero es una de las formas más desafortunadas de afrontar la educación.

Como consecuencia de la nueva situación económica puede ocurrir que el padre o madre, se vean obligados a buscar nuevos trabajos, tener más de uno o trabajar horas extras. Cuando es así los hijos sufren las consecuencias de una mayor ausencia de los padres en su vida, cuando más necesitarían de su presencia.

La separación suele conllevar a la ruptura con parte de la red de relaciones y mayor dificultad para disponer del tiempo libre. En el otro extremo se queda el padre que no tiene la custodia: con mucho tiempo disponible. Para ambos casos, después de una separación ambas parejas sufren tres tipos de soledad:

Soledad emocional: porque han perdido la figura de apego central (la pareja).

Soledad social: porque han perdido parte de la red social y tiene poco tiempo para estar con los amigos (as).

Soledad sexual: porque no se tiene pareja sexual-amorosa.⁷⁸

Cuando esto es así, los sufrimientos por soledad suelen generar inestabilidad emocional y malestar, que los hijos sufren directa o indirectamente.

⁷⁷Idem

⁷⁸Ibidem. Pp. 76

Uno de los indicadores mayores de las pérdidas y los sufrimientos que pueden sufrir los hijos con la separación son las fiestas familiares, los cambios en la celebración de la Nochebuena, Navidad, los Reyes, los cumpleaños, vacaciones, etc., toda una serie de tradiciones que se rompen y es necesario reorganizar. Las celebraciones nunca volverán a ser iguales y es posible que se recuerden con nostalgia y con sensación de pérdida toda la vida.

CAPÍTULO 2

CONSECUENCIAS DEL PROCESO DE DIVORCIO EN LOS PADRES E HIJOS

La separación afecta de maneras muy diferentes a los miembros de la familia no es posible catalogar las emociones o la magnitud de afectación de manera generalizada.

A la hora de estudiar los efectos del divorcio en los hijos es difícil determinar si es el propio divorcio lo que les afecta o una serie de factores sociales que acompañan muy frecuentemente a la separación de las parejas. El divorcio de los padres conlleva cambios importantes en el entorno del hijo; puede tener que cambiar de colegio, o de residencia, el impacto que tiene este factor en el desarrollo y ajuste social del niño es muy importante así como la convivencia forzada ya que no siempre la elección del padre con el que se convive es la que el niño quiere. La familia de los separados apoya el trabajo adicional y aporta frecuentemente el apoyo necesario para que el padre que se hace cargo del niño pueda realizar sus actividades laborales o de ocio, este factor conlleva una convivencia con adultos, muchas veces muy enriquecedora y otras no tanto. Por otro lado se ve una disminución de la acción del padre con el que no conviven, el padre que no está permanentemente con su hijo deja de ejercer una influencia constante en él y no puede plantearse modificar comportamientos que no le gustan los fines de semana que le toca visita. Por otro lado, el niño pierde el acceso a las habilidades del padre que no convive con él, disminuyendo sus

posibilidades de formación. Otro factor con una tremenda importancia en la adaptación de los hijos y tiene un efecto importantísimo en la relación padre/hijo es la introducción de las nuevas parejas.

Si se dan, además factores emocionales en los padres los efectos negativos en los hijos pueden multiplicarse. Por ejemplo: Una mala aceptación del divorcio por uno de los padres puede llevarle a convivir con una persona deprimida u hostil.

Un divorcio conlleva por su propia esencia una cierta hostilidad entre los padres, cuando esa hostilidad se traslada a los hijos, intentando que tomen partido o que vean a la otra persona como un ser con muchos defectos, se está presionando al niño para que vea a su padre desde un punto de vista equivocado, porque tendrá muchos defectos; pero siempre será su padre. Si la hostilidad entre ellos persiste después del divorcio, es difícil que no afecte la convivencia con el niño.

2.1. Los padres en proceso de divorcio

Cualquier divorcio es difícil y doloroso para los dos miembros de la pareja. No importa quién lo pide y por qué lo hace. Aun para la persona que lo pide, porque ha sido víctima de violencia física o emocional, es un proceso que deja huellas profundas.

Un divorcio afecta todas las áreas de la vida de la persona:

- A nivel personal

El Autoestima.

La persona, ya sea hombre o mujer, se siente rechazada y/o fracasada. Se siente culpable por no haber podido establecer una mejor relación o haber evitado el divorcio. Al sentirse así, se califica como mala, tonta, incompetente, etc., etc., lo cual daña su autoestima. Con frecuencia la ex-pareja y otras personas la culpan

también y le indican todo lo que debería haber hecho, lo que refuerza su baja autoestima.⁷⁹

Su identidad personal y familiar.

Parte de nuestra autoimagen es el rol que hemos jugado durante muchos años. Con el divorcio se deja de ser esposo(a), pierden la identidad de "la familia unida", etc. Si estos papeles o roles eran importantes para ellos y se identificaban con los mismos, al perderlos, sienten que pierden una parte de su personalidad.

Su forma de ver el mundo y su futuro.

Cuando el miedo, la angustia, enojo, depresión, etc., son una constante en su vida diaria, sus pensamientos son: Negativos, extremistas, rígidos, depresivos, etc. Este tipo de pensamientos hace que vean su presente y futuro, a través de lentes que oscurecen y distorsionan todo lo que los rodea.⁸⁰

- A nivel emocional.

Cualquier persona que se divorcia atraviesa por sentimientos muy intensos y encontrados. Una sola emoción puede durar días o semanas o pueden cambiar constantemente en un mismo día. Esta situación se da, aun en las personas que toman la decisión de divorciarse, ya sea por violencia intrafamiliar, infidelidad en la pareja o por un nuevo amor en su vida.

Sin embargo, cuando el divorcio es el resultado de largas crisis y conflictos o cuando la persona no quiere el divorcio, las emociones son más intensas y desgastantes.

Entre las emociones más frecuentes encontramos:

Tristeza o depresión por la relación que se ha terminado y las diferentes pérdidas que involucra el divorcio: sueños, expectativas, identidad, amigos, etc.; enojo consigo mismo y hacia la pareja, al culparla de la ruptura y del daño que ha causado a

⁷⁹ RUSSEK, Silvia. *Crecimiento y bienestar emocional. Consecuencias del divorcio*. 2007 disp. En: <http://www.crecimiento-y-bienestar-emocional.com/consecuencias.html#economica>

⁸⁰ Idem

la familia, culpa, deseos de venganza, alivio, confusión, ambivalencia, temor y preocupación respecto al futuro, inseguridad respecto a la posibilidad de reconstruir una nueva vida, sentimientos de fracaso, por no haber podido evitar los problemas o "salvar" el matrimonio, miedo a la soledad y/o a tomar decisiones equivocadas, remordimiento, sobre todo por el dolor causado a otras personas (hijos, padres, etc.),etc.

Todos estos sentimientos son normales. La intensidad y duración depende de las características de cada persona y de cada situación. La forma de reaccionar de cada quién también.⁸¹

Todo el mundo se ha encontrado con personas que piensan de formas distintas, y que probablemente se identifiquen con alguna de esas posturas...

“El problema de hoy es que, en muchos casos, la familia no existe, es un desastre. Los padres se juntan y separan por cualquier cosa, son cada vez más superficiales y solo piensan en ellos. Por eso hoy hay tantas separaciones y divorcios; y los hijos son los que pagan el pato, un alto precio por el egoísmo de los padres. Para que los hijos estén bien y no tengan problemas es esencial que los padres estén juntos, que la pareja sea estable. Deberían pensar más en los hijos y menos en sí mismos. Muchos menores tienen problemas por este motivo”

“El problema no es que los padres se separen o divorcien eso es lo mejor que pueden hacer si tienen conflictos que no resuelven. Hoy día separarse o divorciarse es algo común y la mejor solución a los problemas o insatisfacción de la pareja. Para los hijos es mejor que los padres se separen que no haya conflictos frecuentes. La separación es un derecho de los padres y no deben de mantenerse juntos solo por los hijos, porque eso es malo para los padres y también para los hijos. Además los menores hoy lo aceptan con bastante normalidad sin que necesariamente les cause problemas”⁸²

⁸¹ Idem

Las actitudes son predisposiciones a pensar, sentir y estar inclinado a actuar que se ha adquirido a lo largo de la vida por observación y siguiendo el ejemplo de los padres, las personas más cercanas y los medios de comunicación, así como a través de formas de aprendizaje. Son muy importantes, porque predisponen a ver las cosas de una determinada manera de pensar, y llegado el caso, orientan la conducta en una u otra dirección. El siguiente cuadro muestra dos posturas ante la separación:

ACTITUDES DE LA POBLACIÓN	
CONSERVADORA	PSEUDOPROGRESISTA
Las hijos necesitan una mamá y un papá	Hay muchos tipos de familias
La estabilidad es un valor prioritario	El bienestar de la pareja es lo prioritario
Los efectos de la separación son siempre nocivos en los hijos	Los efectos son muy variables y solo temporales
Esta sociedad actual no valora la familia	Está sociedad permita más libertad familiar
Los que se separan son unos egoístas	Es lo mejor si no van bien las relaciones
Las familias reconstruidas son un problema	Todos los tipos de familia pueden funcionar bien. La estructura de la familia no importa
No aceptan bien las separaciones propias o ajenas, se avergüenzan o las analizan en clave de culpa	Aceptan bien a las personas que se separan, les parece que es un derecho. No suelen analizar la separación en clave de fracaso
Apoyan leyes conservadoras y se manifiestan a favor de la familia tradicional	Apoyan las leyes de separación y divorcio y se manifiestan a favor de aumentar estos derechos civiles

Elaborado por López Sánchez Félix

⁸² LOPEZ, Sánchez Félix. *Separarse sin grietas. Sufrir menos y hacerlo bien con los hijos*. Barcelona: GRAO, 2010. PP. 11.

Estas actitudes tan radicalmente distintas pueden encontrarse también en los que escriben libros sobre el tema, los que investigan o escriben en nombre de la ciencia no dejan de estar sujetos a prejuicios... el pensamiento conservador ha impedido la separación y el divorcio y ha considerado la estabilidad de la pareja una obligación legal y un valor supremo, es responsabilidad del lector si quiere ir más lejos en sus reflexiones, analizar sus predisposiciones y sobre todo, adoptar una actitud crítica y reflexiva. Se debe afrontar el tema del divorcio o la separación con la mente abierta, sin prisas por resolver las dudas, incluso situándose en un mar de dudas, dispuestos a escuchar los argumentos de los que piensan de otra manera. Es responsabilidad de cada uno de los participantes de esta separación la postura que deseen tomar ante dicha situación hablando específicamente de los padres, ya que las actitudes que pueden llegar a presentar los hijos que atraviesan un divorcio, son conductas aprendidas en su mayoría de los casos por los padres.

Cuando los padres se encuentran en “crisis” o después de superada la misma, es decir, antes de la separación o a posteriori; entre las actitudes más frecuentes observadas en los padres mencionaremos los pleitos o peleas, hostilidad, gritos, insultos, amenazas, faltas de respeto, ultraje y hasta agresión física.

Las situaciones en las cuáles se produce la ruptura pueden ser realmente conflictivas; las madres, como se sienten muy perturbadas, no mantienen una actitud adecuada para con el niño, no por ser “malas madres” si no por su estado tensional.

La experiencia de la separación genera demasiada angustia en los padres traumatizados por la ruptura del vínculo y por ello exteriorizan conductas afectivas que hacen daño a sus hijos. La situación del divorcio se torna violenta y perturbadora.

El conocimiento de las variadas actitudes en las conductas de los padres puede servir como un llamado de alerta para los matrimonios en condiciones de divorcio.

⁸³ A continuación señalaremos las más frecuentes:

<p>REACCIONES AGRESIVAS</p>	<p>-Se depositan en el niño los sentimientos de enojo y frustración.</p> <p>-Los disgustos con los niños son excusas para justificar desavenencias⁸⁴.</p> <p>-Los niños son castigados, surgen las frases desagradables, las comparaciones y desvalorizaciones.</p> <p>-Rechazo del padre o madre a alguno de los hijos (inconscientemente).</p> <p>-Desvalorizar a los hijos, para justificar sus propios sentimientos negativos, y aumentando así su problema emocional.⁸⁵</p>
<p>ABANDONO AFECTIVO</p>	<p>-El padre puede olvidar la responsabilidad que tiene para con sus hijo, al no brindarle amor y seguridad que necesita para su óptimo desarrollo emocional.</p> <p>- Promesas sin cumplir que propician la pérdida de confianza. - Las ausencias producen en el niño sentimientos de rechazo aumentando infelicidad, depresión y hostilidad reafirmando fantasías de abandono y pérdida.</p> <p>-El resentimiento desvaloriza al otro, suprimiendo la necesidad del niño del poder disfrutar la compañía de su padre sin temores ni culpas.</p> <p>-Estados afectivos ambivalentes, que comprometen el proceso de identificación del niño, temor al rechazo.⁸⁶</p> <p>-Al niño se le considera un "objeto" cuyos sentimientos y necesidades no se tienen en cuenta, no se le valora ni respeto.</p>
<p>REPARTICIÓN DE LOS NIÑOS</p>	<p>Se tiene un concepto equivocado de ganancia o pérdida, se manipula a los niños mostrándose como figuras generosas; descalificándose uno al otro. Es una lucha de poderes donde el niño queda en medio. En ocasiones se presentan "secuestros" por parte de algún padre generando confusión en el niño.</p>
<p>REACCIONES DE LA MADRE ANTE LA NUEVA RESPONSABILIDAD</p>	<p>Sentimiento de agobio tras la responsabilidad de criar a los hijos sola; inseguridad de impartir una disciplina firme, el actuar de manera inconsciente resta calidad a la relación madre-hijo, tan necesaria cuando el padre está prácticamente ausente. Preocupaciones al ser "padre.-madre" y sentir al niño como "una carga"; al manifestar desobediencia o problemas en su rendimiento escolar.</p> <p>El castigo y la amenaza serán herramientas para modificar su conducta.</p>

⁸³ De Urdaneta, Yolanda. *Los hijos del divorcio*. Venezuela: Monte Ávila, 1986. PP. 23-24.

⁸⁴ *Desavenencias: f. Oposición, discordia, contrariedad. DICCIONARIO DE LA LENGUA ESPAÑOLA - Vigésima segunda edición

⁸⁵ Ibid.

⁸⁶ Ibid.

	<p>El niño introyecta aquellos mensajes que la madre expresa, creándole culpabilidad, haciéndolo sentir insignificante.⁸⁷</p>
<p>SOBREPROTECCIÓN DEL PADRE-CUSTODIA</p>	<p>Son muchas las causas por las que el padre puede sobreproteger a su hijo haciéndolo dependiente de él; lástima, verlo indefenso o inclusive buscar la satisfacción de sus propias necesidades afectivas. Esta dependencia crea niños débiles e inseguros, recurriendo a las lágrimas o enojos para obtener lo que quiere, se vuelve tirano o déspota, incapaz de realizar actividades por sí mismo, al grado de presentar ansiedad de separación o fobias; permanece infantil, regresivo, retraído, apartado con problemas de aprendizaje y relaciones sociales.</p>
<p>DESCALIFICACIÓN DEL PADRE AUSENTE</p>	<p>Se destituye la imagen que tiene el niño de los padres con descalificaciones o frases peyorativas dañando el equilibrio mental y emocional del niño; éste necesita saber que el padre ausente lo ama.</p> <p>Se debe tener muy presente que el divorcio acaba con la relación como pareja, pero el contacto entre ambos y la toma de decisiones relacionadas con los hijos continúa.⁸⁸</p>
<p>LA SEPARACIÓN NO EXPLICADA O MAL INTERPRETADA</p>	<p>El informar a los hijos de la separación es un proceso difícil, en el cual se cometen muchos errores como: ocultarle al menor la decisión de separarse, que se entere de forma circunstancial por otros miembros de la familia, solo notificar sin ninguna explicación o negarse a responder preguntas, no decirles que la separación es de los padres, pero que se mantendrán unidos para ayudarlo incondicionalmente, anticiparle que habrá juicio y no se sabe quien tendrá la custodia; pedirle al niño que tome partido. Estas situaciones aumentan los sufrimientos del niño y posibles efectos negativos a corto plazo.</p>
<p>CUANDO Y CÓMO DECÍRSELO A LOS HIJOS</p>	<p>No es posible, ni bueno ocultar la separación a los hijos; es una noticia vital para ellos cuyos efectos dependerán del comportamiento de los padres. Es recomendable no llevar a los hijos a un estado de confusión o alarmarlos; una vez que la decisión es firme hacerlos partícipes de la separación, donde el factor más decisivo, es la actitud de ambos progenitores (colaboración, apoyo, flexibilidad u hostilidad y tendencia a crear conflictos) se puede seguir siendo buen padre o madre o desentenderse de forma brusca o paulatinamente el cuidado de los hijos adjudicando de manera consciente o inconsciente roles en los niños que solo perjudican el paso de los mismos en este proceso...</p>

⁸⁷ De Urdaneta, Yolanda. *Los hijos del divorcio*. Venezuela: Monte Ávila, 1986. PP. 26-27.

⁸⁸ RUSSEK, Silvia. *Crecimiento y bienestar emocional. Consecuencias del divorcio*. 2007 disp. En: <http://www.crecimiento-y-bienestar-emocional.com/consecuencias.html#economica>

2.2 Los hijos con padres en proceso de divorcio

Todo divorcio genera en el niño un conjunto de pérdidas, de variada naturaleza y extensión. Entre otras cabe mencionar: a) pérdida total o parcial de uno de los padres; y b) pérdida de la protección física y emocional que le ofrece la estructura de su hogar, de su familia y, muchas veces, de su comunidad.

Las pérdidas mencionadas en especial la de la estructura familiar, afectarán al niño en grado variable por el resto de su existencia. Los efectos o resultados pueden comprender desde alteraciones del carácter, trastornos de conducta y percepción negativa del mundo y de sí mismo, hasta inseguridad afectiva, temor a ser rechazado y relaciones inadecuadas en el seno de la familia. Estos síntomas pueden presentarse de forma insidiosa o violenta, o bien aparecer un tiempo después de haberse realizado la separación.⁸⁹

FACTORES QUE MODIFICAN LAS REACCIONES DE LOS NIÑOS

Los niños responden a más de una manera ante la situación del divorcio. La magnitud del trauma frente a las pérdidas y sus reacciones van a depender de variados factores:

❖ EDAD

La adaptación del niño al divorcio, varía, entre otras cosas, según su estado de desarrollo. Las respuestas y estrategias que se utilizan frente al divorcio parental no son iguales en el niño pequeño que en los niños mayores o en los adolescentes. Los pequeños tienen mayores limitaciones cognitivas y sociales y dependen más de los padres, restringiéndose sus relaciones al hogar, mientras que los niños mayores o adolescentes son más maduros y autosuficientes y se mueven en diversos medios sociales.⁹⁰

⁸⁹ De Urdaneta, Yolanda. *Los hijos del divorcio*. Venezuela: Monte Ávila, 1986. PP.33

⁹⁰ RAHEB Vidal, Carolina. *El niño y las vicisitudes de la separación*. Disp. en: www.paidopsiquiatria.cat/archivos/texto_niño_vicisitudes_divorcio.pdf Pp. 6.

Cada niño reacciona de una manera diferente. No existe un mismo patrón para la reacción de los niños, dependiendo únicamente de la edad.

Los autores encontraron en los niños de 5 a 6 años un alto índice de ansiedad, sentimientos de agresión y deseos de restaurar la familia, se observa que entre 5 y 7 años, las conductas de los niños se hacen más difíciles de manejar, esto se debe a que en estas edades comienzan mayores exigencias, tanto en la escuela como de los padres, no permitiéndose ya conductas que en otro momento eran graciosas y pasaban inadvertidas. Así mismo se les dificulta entender el concepto de separación y el significado de divorcio.

Regularmente se les hacía muy difícil el aceptar la ruptura como permanente y en sus fantasías buscan elaborar la restauración de la pareja, viviendo la pérdida de uno de los padres como transitoria, o bien negándola, verbalizando una permanencia dentro del hogar que en realidad no exigía, como una forma de anular sus sentimientos de rechazo y abandono. La esperanza de que el padre regrese puede quedarse viviendo en ellos por mucho tiempo, en forma latente o presente. Los síntomas pueden ser muy dramáticos. Eso sucede porque la familia, compuesta por papá y mamá, es para el niño de esa edad lo más importante.⁹¹

Se sienten confusos respecto a su propia situación. Si ya no son una familia, no saben lo que son, ni a donde pertenecen. Con frecuencia agraden al padre con el que viven e idealizan al que se fue. Pueden estar muy enojados con uno o ambos padres, porque piensan que son muy egoístas, ya que se divorcian sin pensar en los hijos y se sienten traicionados.

Se sienten poco queridos y muy confusos respecto a sus propios sentimientos, ya que por un lado están enojados con sus padres, pero por el otro, temen perderlos. Es una edad difícil, porque ya no pueden negar lo que sucede, pero tampoco tienen la capacidad de entender y manejar sus sentimientos. Pueden sentir que tienen la responsabilidad de cuidar y proteger al padre que ven más solo o más

⁹¹ De Urdaneta, Yolanda. Op. Cit. Pp. 35.

afectado o que, en la casa, necesitan cumplir con las responsabilidades del padre que se fue.⁹²

Entre los 6 y 8 años comprende la finalidad del divorcio y los efectos que pueden causar a sus padres, y creen que su conducta tiene impacto en las decisiones de los padres. Entre los 9 y 12 comprenden psicológicamente los motivos para el divorcio, piensan que el divorcio es un beneficio y no se auto culpabilizan.⁹³

Según la edad del niño en que ocurrió la separación, se podría resumir las reacciones de los niños de la siguiente manera:

Entre 6 y 10 años: tristeza, quejas somáticas, penas, retraimiento y mutismo, miedo y ansiedad, sentimientos de carencia afectiva, fantasías de reconciliación, conflictos de lealtad.

Muchos de ellos se mostraban apenados frente a los demás por su situación, manifestando situaciones de soledad.

❖ SEXO

A pesar de que es aceptado que los chicos son más vulnerables que las chicas en las respuestas iniciales y a largo plazo en el divorcio, el cuadro es confuso. Los chicos emplean más tiempo jugando con niñas y con niños pequeños.

Gidubaldi (1985) en un estudio nacional con niños de edad en escuela elemental seis años después encontró que los chicos, y no las chicas, puntuaban significativamente por debajo de un control de familias intactas en resultados académicos y relaciones sociales.

Parece ser, pues, que el divorcio afecta más a los chicos que a las chicas.

⁹²RUSSEK, Silvia. *El niño, su edad y su respuesta ante el divorcio*. 2007. Disp. en: www.crecimiento-y-bienestar-emocional.com/edades-problemas-divorcio.html#5

⁹³ RAHEB Vidal, Carolina. Op. Cit., Pp. 6.

El niño obtiene su seguridad de la justicia que el padre utiliza para la imposición de normas y sanciones. Si el padre lo sobreprotege, o su autoridad es hostil y crítica, el proceso de identificación se bloquea, uniéndose más a la figura materna y rechazando la paterna, presentándose problemas de identificación y de autoridad difíciles de superar.

Un pequeño estudio de 1979 muestra que a los chicos a la edad de la latencia en custodia del padre del mismo sexo tenía una mejor sociabilidad e independencia que los chicos (as) bajo la custodia del padre del sexo opuesto.

La experiencia demuestra que la relación con la madre suele ser íntima y profunda, y cuando la madre se casa de nuevo, la niña siente la incorporación de la pareja de la madre como una intrusión y, por tanto, como un nuevo factor de desequilibrio. En estos momentos estas niñas refieren más trastornos emocionales y problemas de conducta que en la etapa anterior.⁹⁴

La relación madre-hijo es muy diferente. En ocasiones la madre espera que el hijo ocupe el lugar del padre y proyecta en él muchos de los problemas que tuvo con su marido. Aumentando los sentimientos de ansiedad, depresión y culpabilidad.

La madre puede sentirse muy responsable y temerosa frente al varón, al pensar que ella no tiene suficiente carácter para criarlo; de allí que a veces se vuelva muy dura y exigente, o bien, dadas sus condiciones efectivas y de soledad, que lo sobreproteja, buscando satisfacer sus propias necesidades internas. El niño puede reaccionar, presentando un comportamiento hostil hacia la figura materna. Esta hostilidad representa su reacción: a) ante las exigencias y conductas punitivas^{*95} de la madre; y b) frente al temor de ser atrapado por ella, dado el exceso de protección.

⁹⁴ De Urdaneta, Yolanda. *Los hijos del divorcio*. Venezuela: Monte Ávila, 1986. PP.36

* Punitivas: adj. Perteneciente o relativo al castigo. Justicia punitiva. DICCIONARIO DE LA LENGUA ESPAÑOLA - Vigésima segunda edición

En una familia compuesta por varios hermanos, hemos observado que no todos los niños reaccionan ante la ruptura de igual manera y magnitud, a pesar de haber sido criados en el mismo ambiente, por varias razones: diferencias individuales, interrelaciones variables de los padres con sus hijos, inclinaciones y disparidades.

Cada hijo representa para los padres un estímulo diferente y ellos actúan inconscientemente con lo que ese “estímulo” moviliza. Sus atributos individuales, construcción física y características de personalidad son factores importantes que hacen que él participe activamente en el establecimiento de las relaciones con sus padres.

Con los niños subsiguientes puede presentarse una serie de factores que modifican sus actuaciones: mayor tranquilidad, rechazo o no al embarazo, sexo deseado y problemas económicos o de otro tipo. Si la madre tiene un solo hijo, la ansiedad puede concentrarse en él, lo que no pasa en una familia de varios niños. La actuación de los padres es un factor determinante para la formación del auto concepto del niño, y reafirma los sentimientos de ser amado o de ser rechazado, estos desajustes pueden ser contenidos o drenados por sus propios mecanismos.

El stress del niño, hijo de padres divorciados, genera múltiples y variadas conductas, los niños en condiciones de ruptura familiar se vuelven muy sensibles y vulnerables, presentando reacciones similares a las de cualquier niño de su edad perturbado emocionalmente y/o sometido a presiones intensas.

Un análisis exhaustivo en hogares de padres separados, con niños entre los 5 y 10 años manifestaron las siguientes conductas.⁹⁶

⁹⁶ Idem. Pp. 37

Sentimientos de rabia

Los niños se dan cuenta que el divorcio es una acción voluntaria de los padres. Como nadie los obliga a irse muchos de ellos tienden a culpabilizarlos de la ruptura familiar, generándose una intensa rabia por la disolución de su familia y el sentimiento de abandono al que son sometidos.

El proceso de socialización se interrumpe y el niño no percibe una autoridad consistente que le ofrezca la seguridad necesaria para canalizar sus sentimientos de ira; una forma de alivio o “válvula de escape” es llamar la atención de los padres o demostrar una falsa seguridad a través de una actitud envalentonada frente a las situaciones competitivas o difíciles que de otra manera no podría enfrentar.

Niños de mayor edad pueden reprimir su enojo por el temor a ser rechazados, o por sus sentimientos de culpa, convirtiéndose en niños apartados, silenciosos, recelosos y angustiados. A veces no manifiestan su hostilidad a sus padres por temor a herirlos y a no sentirse queridos.

El niño puede reaccionar con depresión, bien porque se identifique con una madre depresiva, respondiendo según el ambiente de duelo del hogar, o bien, dado el sentimiento de rechazo por el abandono por sentir que no es valioso, ni digno de ser amado.

Dificultades en las relaciones interpersonales

Los niños manifestaron culpabilidad por la separación de sus padres, creyendo muchas veces que su conducta era la causante de la ruptura familiar, distorsionando los hechos y la percepción de sí mismos.

Las reacciones de los niños pueden tornarse inhibiéndose frente a los demás o bien reaccionando agresivamente, oponiéndose a las normas disciplinarias impartidas por maestros, figuras de autoridad y padres.

Las chicas tienen problemas cuando entran en la edad adulta. Muchas solo son capaces de mantener relaciones sexuales pasajeras, no comprometedoras. Tienen miedo al compromiso y se anticipan a ser infieles y traicionar. Precisamente muchas de ellas no mostraron tener algún problema inmediatamente después del divorcio de sus padres. Los chicos en la edad de latencia bajo la custodia de la madre tienen más problemas después de la ruptura. Sin duda los problemas de las diferencias entre sexo deberían ser más estudiados en diversos grupos de edades y diversas estructuras familiares.⁹⁷

Ansiedades de separación

Los niños muestran un fuerte temor a quedarse solos, desprotegidos, y a ser abandonados por el otro padre. Esta respuesta puede darse por toda la carga emocional que en el niño representa una separación dramática o bien por la actitud de sobreprotección y/o rechazo de los padres.

El niño puede pensar que dada la incompatibilidad entre él y su madre, ella puede abandonarlo como sucedió con papá en especial si ha oído conversaciones acerca de que la conducta del padre motivó que ella “lo botara de la casa” El puede temer ser “botado” también.

Alimentación

Muchos niños presentan diferentes tipos de problemas con su alimentación, uno de los más importantes son la anorexia y los vómitos durante la etapa de crisis, como una forma de reaccionar ante la situación de stress.

Otros niños presentan incremento del apetito como alivio ante sus sentimientos de desamparo. Las dinámicas del anoréxico y del obeso son muy similares. Son niños con una problemática emocional muy profunda, infelices, resentidos, tensos,

⁹⁷ RAHEB Vidal, Carolina. *El niño y las vicisitudes de la separación*. Pp. 8.

reservados y con mucho sentimiento de culpabilidad oculto, producto de situaciones ambientales muy patógenas.

Sus estados son depresivos y la “tendencia a quedarse dormidos” representa un mecanismo defensivo para evitar el contacto con la situación angustiante y dolorosa.

La mayoría de estos síntomas desaparecen o disminuyen después de superada la etapa de crisis, al decidirse la situación de divorcio de los padres, o cuando éstos adoptan una posición de mayor tolerancia o comprensión, empezando por evitar la agresión.

Los niños de familias de un solo miembro paterno tienen dos o tres veces más de probabilidad de experimentar problemas emocionales o conductuales. Pero presentan una mayor incidencia en aprender de los problemas, que los niños y adolescentes con ambos padres biológicos.⁹⁸

El efecto sobre los hijos depende de cómo los padres interpretan la separación y como la viven. Si los padres interpretan la separación como un fracaso, con acusaciones y sentimientos de culpa, los hijos sufren muchísimo: se sienten decepcionados de unos padres que tenían idealizados, dudan de que vayan a seguir protegiéndolos y cuidándolos, y pueden sentirse también culpables, a la vez víctimas. La interpretación que hacen los hijos de lo que ha pasado depende de la que hacen los padres con sus palabras y sus conductas. También tienen otras influencias, pero la de los padres es, sin duda, la mayor.

2.3 Papel que se le asignan a los niños con padres divorciados

EL NIÑO COMO ESPIA

En muchos casos los padres con tal de conocer la vida de su ex cónyuge, interrogan al niño, ahogándolos con preguntas como: ¿con quién sale?; ¿cómo

⁹⁸ Ibidem. P.41

es?; ¿a dónde fueron? Etc. Muchas veces la nueva pareja es agredida e incluso se le prohíbe al niño su aceptación, ya que se instruye que la misma ha sido la causante de la separación. Cuando el niño es participe en eventos donde se encuentre la nueva pareja, se le recrimina y es objeto de culpas y muchas veces se le habla de traición, de ser malo y no querer a sus padres.

Esto puede darse ya que la madre tiene miedo de que la nueva pareja del padre “le robe” al hijo tal y como le “robó” al marido, o por resentimiento, como resultado de las situaciones vividas durante la etapa de la crisis y el sentimiento de abandono.

Sabemos que el padre o la madre pueden sentir ira y rechazo hacia la persona que consideran la causante de la ruptura, cuando, en realidad, son múltiples causas que conducen a la separación.⁹⁹

Es importante que los padres se desprendan del rencor y los resentimientos, para que puedan pensar en los niños, de los cuales son responsables y que es el único vínculo que no puede ni debe romperse.

EL NIÑO COMO INTERMEDIARIO ENTRE LOS PADRES

En muchos de los casos los niños son utilizados como intermediarios entre sus padres. Los hijos son como una especie de “correo” entre el padre y la madre; donde los comentarios ásperos son siempre el elemento principal en la situación donde los padres no tienen comunicación alguna y el medio se hace hostil, dejando al niño en el centro, como dos corrientes que halan de un lado a otro, acentuando su resentimiento e inseguridad.

Consideramos que los niños confrontan problemas de lealtad dividida, estimulada por la actitud de los padres, quienes los utilizan como medio de comunicación.

⁹⁹ De Urdeneta, Yolanda. *Los hijos del divorcio*. Venezuela: Monte Ávila, 1986. PP. 27.

PARTICIPACIÓN DEL NIÑO EN LA RELACIÓN DE LA NUEVA PAREJA DEL PADRE DURANTE EL PERIODO QUE PRECEDE AL DIVORCIO

Muchas de las separaciones se llevan a cabo cuando el padre se siente inclinado afectivamente por otra persona que no es su esposa. Esto genera una serie de conflictos y agresiones en el seno de la familia, frente a los cuales el niño no permanece ajeno. Los niños sienten que “ella” es el elemento de discordia y sufrimiento, tanto de su madre como de ellos mismos.¹⁰⁰

En mi experiencia personal, como en la mayoría de los casos se da una imposición por parte del padre a la nueva pareja, las salidas y visitas son momentos oportunos para la inserción de la misma, generando sentimientos confusos y ambivalentes sobre los menores. Entre los que presente fueron tristeza, impotencia y culpa; tristeza de ver que mi familia se había deshecho, impotencia al ver que no podía hacer nada para que todo fuera como antes y que mi opinión no era tomada en cuenta, así mismo culpa, por convivir con aquella persona la cual era en parte “culpable” de la separación de mi familia.

Debe dársele al niño tiempo suficiente para que elabore la pérdida del padre como miembro activo de su familia y que lo acepte en una posición distinta. Gradualmente irá dándoles cabida a las nuevas relaciones de los padres, como un hecho natural; de lo contrario, siempre quedará el resentimiento, pudiendo no lograrse una buena comunicación entre la esposa del padre y el niño.

Se observa también que dada la inestabilidad afectiva de los padres, cambian varias veces de pareja, involucrando a los hijos en estas relaciones.

Así pues, el divorcio es un proceso que puede durar muchos años. Durante los cuales puede existir un temor a la pérdida de los hijos y unos sentimientos de rabia, de amor no correspondido que pueden reactivar o agravar la situación. La pareja que se separa pasa por varias etapas. En un principio las respuestas que

¹⁰⁰ Ibidem. Pp. 29

se dan son dramáticas y emocionalmente fuertes, dado que el divorcio en una familia con hijos, raramente se hace de mutuo acuerdo. En ese momento prevalecen los sentimientos de ambivalencia, desconfianza, indecisión, miedo al futuro, al escándalo (miedos a decepcionar a los propios familiares, pensamientos a cerca de las opiniones del entorno), en la cual los niños viven una constante inseguridad¹⁰¹

2.4 Consecuencias socioeconómicas sobre las familias con padres en proceso de divorcio.

La ruptura de una pareja afecta a muchas personas a los propios cónyuges y sus hijos, a sus familiares y amistades y de muy distintas maneras. No hay que olvidar que aunque para los contrayentes y su familia el fundamento de una boda es el amor, a efectos de la sociedad un matrimonio es un contrato legal, con sus cláusulas. Entre ellas, y dejando a un lado aspectos de índole emocional y psicológica, la separación y el divorcio obligan a los ex cónyuges a adoptar una serie de medidas económicas para atender al cuidado, custodia y alimentos de los hijos, proteger y compensar en términos económicos al cónyuge más desfavorecido por la separación o divorcio, determinar a quién corresponde el uso de la vivienda familiar, adjudicarse préstamos o deudas pendientes del matrimonio y dar fin al régimen económico matrimonial.¹⁰²

Los hijos no son ajenos en estos casos a la lucha económica –una lucha más- , porqué también ellos, salvo que sean muy pequeños, ya participan de los valores dominantes de nuestra sociedad. ¹⁰³

¹⁰¹ RAHEB Vidal, Carolina. *El niño y las vicisitudes de la separación*. Disp. en: www.paidopsiquiatria.cat/archivos/texto-ninio-vicisitudes-divorcio.pdf

¹⁰² *Separación y divorcio: consecuencias económicas*. Revista consumer.es 2004 disp en : <http://revista.consumer.es/web/es/20040101/actualidad/informe1/67542.php>

¹⁰³ LÓPEZ, Sánchez Félix. *Separarse sin grietas: sufrir menos y hacerlo bien con los hijos*. Barcelona: GRAO, 2010. P. 56-57

CAMBIOS EN LA VIVIENDA

La separación supone, múltiples cambios en la vida cotidiana de los padres e hijos. Esto supone, además de mayores gastos, una adaptación del que se va a vivir a otra casa y una organización del espacio en la casa original. A veces son los dos los que abandonan la casa familiar. Son condiciones que exigen una adaptación que no siempre resulta fácil al menor.

El hecho de tomar consciencia, todos los días, de que sus padres viven en diferente lugar y, con frecuencia, en diferentes condiciones, suele ser para los niños y las niñas motivo de sufrimiento, al menos durante un tiempo y muy especialmente si no hay apoyo y colaboración entre los padres.¹⁰⁴

Para un menor, verse a sí mismo y al padre en esta situación, puede ser motivo de preocupación y sufrimiento. Los cambios en la estructura familiar se hacen evidentes en cada lugar y en cada escena familiar, lo que requerirá una adaptación a un hecho irreparable: nada volverá a ser igual.

Las dificultades económicas pueden llevar a uno u otro de los padres a vivir con sus padres, los abuelos del menor. Esta nueva vida familiar de los menores puede verse favorecida por la disponibilidad y cuidados de los abuelos, pero también es posible que éstos no acepten bien la separación de los padres o que critiquen al que no es su hijo, así como que se creen nuevas dificultades de convivencia.¹⁰⁵

¿QUIÉN SE QUEDA CON LA VIVIENDA?

La vivienda familiar se configura como un patrimonio al servicio de la familia como colectividad, es decir, como una especie de propiedad familiar que trasciende a los propios cónyuges

¹⁰⁴ Op. cit. P. 62

¹⁰⁵ Ibidem. Pp. 63

Cuando hay hijos menores de edad o dependientes, y en defecto de acuerdo de los cónyuges aprobado por el juez, el uso de la vivienda familiar corresponde a los hijos y al cónyuge en cuya compañía queden, tanto si la vivienda pertenece a los dos cónyuges como si es propiedad privativa de uno de ellos.

Si el matrimonio no ha tenido hijos o éstos son independientes en el momento de la separación de sus padres, puede efectuarse una atribución del uso de modo sucesivo y alternativo hasta que se produzca la liquidación del caudal común, siempre que dicha vivienda sea común, y la posición económica de ambos cónyuges sea la misma. En el caso de que exista una situación de desequilibrio económico entre los cónyuges, en un primer momento se atribuirá el uso de la vivienda al cónyuge más necesitado de protección.

En el caso de que la vivienda sea un bien privativo de un cónyuge, la regla general es que el uso de la vivienda corresponda al titular de la vivienda.

LOS CAMBIOS EN LA ECONOMÍA

En numerosos casos, la separación supone cambios en los recursos económicos, especialmente las clases medias y bajas. Aunque en estos casos los padres y las madres suelen esforzarse, de forma sobrehumana, para que “no les falte nada” los hijos sufren de una u otra forma los efectos, o los perciben en los padres, convirtiéndose en causa de preocupación y sufrimientos. Si uno de los padres está en situación más precaria que el otro, también puede generar ansiedad u hostilidad en el hijo o hija hacia el que tiene menos recursos.

Aunque la diversidad de casos no permite hacer generalizaciones, es frecuente que la separación conlleve mayor pobreza para ambos miembros de la pareja. Lo más común es que el padre se vea obligado a salir de la casa familiar y pasar una pensión por los hijos, lo que supone para muchos una pérdida considerable de capacidad económica, cuando no verdaderos problemas que pueden llevarles a la pobreza. En el caso de las madres, la situación suele ser más grave (ya que

muchas de ellas no trabajan de forma remunerada, y las que lo hacen suelen ganar menos que los varones); eso da lugar a una bien conocida y frecuente situación de pobreza de las madres que se quedan con los hijos.¹⁰⁶

Esta nueva situación de pobreza o de nuevas dificultades económicas de uno o ambos padres, no sólo tiene efectos directos en el estilo de vida de los hijos, sino que, con frecuencia, se ven obligados a compartir la ansiedad y la preocupación de los padres. No deja ser dramático que en tiempo de crisis, como está ocurriendo en la actualidad, haya menos separaciones, precisamente para evitar esas dificultades económicas.

Pretender ganarse a los hijos con dinero es una de las formas más desafortunadas de afrontar la educación; además crea problemas al otro educador, el que le exige ser responsable con el uso del dinero.

EL PAGO DE LA MANUTENCIÓN

La separación, la nulidad y el divorcio no eximen a los padres de sus obligaciones para con los hijos. La obligación de alimentar y atender las necesidades básicas de éstos seguirá vinculando a los padres, sin que importe en absoluto la separación o divorcio de los padres.

Durante el tiempo que dura la separación, el cónyuge más débil también puede recibir una pensión alimenticia, ya que es una obligación entre parientes atender esta necesidad. Sin embargo, una vez ejecutado el divorcio, esta pensión desaparece ya que no existe ningún vínculo de parentesco entre los dos ex cónyuges.

El cónyuge al que la separación o divorcio le produzca un desequilibrio económico en relación con la posición del otro, tiene derecho a una pensión compensatoria que se fijará en la resolución judicial, teniendo en cuenta, entre

¹⁰⁶ *Separación y divorcio: consecuencias económicas*. Revista consumer.es 2004 disp en : <http://revista.consumer.es/web/es/20040101/actualidad/informe1/67542.php> P. 63

otras circunstancias, los acuerdos a que hubieren llegado los cónyuges, la edad y estado de salud, la cualificación profesional y las posibilidades de acceso a un empleo, la dedicación pasada y futura a la familia, la duración del matrimonio y de la convivencia conyugal...

El derecho a la pensión se extingue cuando cese la causa que lo motivo, bien por desaparecer el desequilibrio económico, por contraer el beneficiario de la pensión nuevo matrimonio o por vivir maritalmente con otra persona.

NUEVO TRABAJO O MÁS HORAS DE TRABAJO

Como consecuencia de la nueva situación económica puede ocurrir que el padre o la madre, o ambos, se vean obligados a buscar nuevos trabajos, tener más de uno trabajar más horas. Cuando es así, los hijos sufren las consecuencias de una mayor ausencia de los padres en su vida, de uno o ambos, precisamente cuando más necesitan de su presencia. Los casos son muy diversos, pero no son infrecuentes estos:

- Las madres que no trabajaban antes de la separación y que se ven obligadas a buscar un empleo cuando se quedan solas y con la custodia de los hijos. Para las madres separadas, en los inicios de la separación tener que trabajar puede ser una fuente de tensiones y dificultades para poder compaginar trabajo y cuidados de los hijos e hijas, finalmente la vida laboral las ayuda a tener menos dificultades económicas, a sentirse más autónomas, a desarrollar su vida social, la necesidad de trabajar puede acabar provocando un cambio de vida muy favorable en numerosas mujeres.
- Padres que, como consecuencia de su empobrecimiento real, se ven obligados a ejercer nuevos trabajos o ampliar los horarios para poder pagar su nueva vivienda y la pensión a los hijos. Esto provoca en ellos una pérdida de calidad de vida, menor disponibilidad para los hijos y un posible sentimiento de hostilidad hacia la madre e incluso, en algunos

casos, hacia los hijos, especialmente si la iniciativa de la separación fue de la madre. Estos sentimientos suelen acabar siendo percibidos por los menores, además del malestar que puede provocarles ver a su padre en dificultades.¹⁰⁷

ADAPTACIÓN LABORAL DE LA MADRE O DEL PADRE QUE TIENE LA CUSTODIA DEL MENOR

No es lo mismo cuidar a un hijo de forma compartida, cada día, que hacer lo días diferentes por separado. Una madre sola o un padre solo pueden tener dificultades concretas para hacer compatible su vida laboral con el cuidado de sus hijos. Cada padre, por su lado, puede sentirse desbordado y muy afectado en su vida laboral por este motivo, especialmente si no tienen la familia extensa cerca o no pueden recurrir a otras ayudas. En estos casos, los menores pueden sufrir de una u otra forma desatenciones, verse obligados a estar más tiempo en centros infantiles o ser cuidados por otras personas, o, simplemente, darse cuenta de que los padres sufren unas u otras consecuencias por su culpa, con lo que pueden acabar sintiéndose un estorbo costoso.

Si la madre no trabajaba y tras la separación necesita encontrar un empleo para mejorar los ingresos, los cambios que exige la separación son mayores, con una readaptación que, aunque después de un tiempo puede llegar a ser muy ventajosa, como hemos indicado, supone todo un cambio de la vida cotidiana que puede producir estrés y serias dificultades para organizarse y hacer compatible el trabajo con la crianza de los hijos.

¹⁰⁷ Ibidem. p. 64

ADAPTACIÓN A UNA VIDA SOCIAL DISTINTA

La separación suele conllevar la ruptura con parte de la red de relaciones y mayores dificultades para disponer de tiempo libre, sobre todo en el caso de que la custodia no sea funcionalmente compartida.

Las relaciones con la familia extensa cambian, ya que se generan frecuentes conflictos con la familia del otro miembro de la pareja, se pierde la red de amigos más vinculados al otro miembro de la pareja y hay dificultad para conseguir mantener los amigos compartidos, que con frecuencia, no saben muy bien cómo hacer; todas esas situaciones suelen provocar un grado mayor de soledad social en ambos miembros de la pareja.

Las relaciones que antes se daban entre parejas pasan a ser relaciones de una pareja sola con otras parejas; esa situación, con frecuencia dificulta compartir ocio, por la sensación de ser un estorbo o un añadido no siempre fácil de integrar.¹⁰⁸

A estas dificultades en las relaciones se añaden las dificultades por no disponer de demasiado tiempo, sobre todo, si no hay colaboración del otro o de la familia en el cuidado de los hijos. En el otro extremo se queda el padre que no tiene la custodia: con mucho tiempo disponible, pero posiblemente con dificultades y problemas en relaciones similares a los descritos, por lo que, si tiene mucho tiempo e inadecuada red de relaciones sociales, los sufrimientos pueden ser mayores aun; no son pocas las personas, hombres y mujeres, que después de una separación sufren tres tipos de soledad: soledad emocional, porque han perdido la figura de apego central (que suele ser la pareja), la soledad social (porque han perdido parte de la red social y tienen poco tiempo para estar con los amigos y amigas) y la soledad sexual (porque no se tiene pareja sexual-amorosa), los sufrimientos por la soledad suelen generar inestabilidad emocional y malestar, que los hijos e hijas sufren de forma directa o indirecta. Estos efectos pueden ser

¹⁰⁸ Ibidem. P. 65

temporales o cronificarse, según su capacidad para restablecer relaciones sociales.¹⁰⁹

Para los que se separan y para sus hijos es fundamental tener apoyo de las familias extensas, de los amigos y de las instituciones sociales, tanto a lo largo del proceso de separación, como posteriormente. No hay que olvidar que las personas dependen mucho de cómo viven las cosas, cómo las aceptan y como las interpretan aquellas otras personas que están más cerca o son significativas. Si los miembros de la pareja que se separan y sus hijos se sienten rechazados y criticados; si tienen que afrontar solos todo el proceso y si no les echan una mano después de la separación, les será mucho más difícil afrontar la nueva situación y sufrirán soledad emocional y social.¹¹⁰

Los padres con estilo de afrontamiento activo reconocen los problemas y los afrontan abiertamente. Si lo hacen ambos miembros de la pareja, los efectos de la separación son muchos menores y más temporales.

Si ambos tienen recursos y son autónomos económicamente, les resulta más fácil tomar estas decisiones y llevarlas a cabo sin que los niños sufran deficiencias materiales y cambios en el estilo de vida. Por el contrario, si uno o ambos padres tienen dificultades económicas, éstas pueden exigir a los hijos sacrificios y cambios en el estilo de vida que les resulten costosos; al mismo tiempo, pueden provocar disputas y claras diferencias sociales entre los padres, que los propios menores vivirán como injustas; eso aumentará la posible hostilidad hacia el padre o madre que esté en una posición de ventaja.

Los estudios con un seguimiento de niños de muchos años, muestran que las tareas de desarrollo interno que establece la intimidad y la confianza en las relaciones con el sexo opuesto son vividas como más o menos alteradas por un modelo interno de relación hombre-mujer alterado.

¹⁰⁹ Ibidem. P. 67.

¹¹⁰ Op. Cit. pp.61-69

Perece ser que los hijos de divorcios afronten más problemas que el resto y que tengan que elaborar las experiencias vividas. Hasta ahora era un tópico, que va perdiendo consistencia, sentirse hijos de divorciados, ya que, efectivamente, la adaptación a largo plazo de los hijos de divorciados, está en relación a índices individuales, como la vulnerabilidad del padre y del hijo, los talentos individuales, la habilidad de los padres para responder a las necesidades emocionales, la capacidad de estar del niño, el tipo de relación entre el niño y cada padre (especialmente con el que tiene la custodia), las relaciones co-parentales después del divorcio y el soporte disponible de otras personas dentro y fuera de la familia.

Entonces, el divorcio acarrea una serie de cambios no solo a nivel emocional, ni exclusivo de padres, es un proceso que afecta a toda la familia, cambia desde el estado de ánimo, hasta la economía, la convivencia, la forma de vida; si bien esta situación es algo muy común en nuestros tiempos, nadie está preparado para afrontar dichos cambios, sin embargo es importante que haya una forma de contención y ayuda tanto para los padres como para los hijos, la obligación continuada de los padres por lograr el bienestar de los hijos es vital. Estos pueden presentar problemas y dificultades a nivel académico, en algunos casos fobia escolar como corolario de la ansiedad de separación, disfunción en el aprendizaje, poco interés por la escuela y dada la gran ansiedad, compromiso en la capacidad de atención y concentración; apatía, somnolencia o inquietud.

CAPÍTULO 3

EL PROCESO DE DIVORCIO Y SUS CONSECUENCIAS EN EL ÀMBITO ESCOLAR

Durante el proceso de divorcio los niños deberán seguir su proceso de aprendizaje y no alterar su rendimiento académico, que es uno de los efectos que aquí nos ocupan. Los niños pasan la mayor parte de su tiempo en la escuela y será en el aula, en el patio, con sus compañeros y con sus profesores donde se verá reflejado el malestar que puedan tener por la situación que están viviendo en casa. El profesor será una pieza clave para el desarrollo del niño en esta situación, su apoyo será definitivo para los niños que viven el divorcio de sus padres.

Es necesario que el profesor esté informado de la situación, no solo de que la decisión de la separación se ha hecho efectiva sino también de cómo se llevará a cabo todo el proceso, donde vivirá el niño, el régimen de visitas, el trato entre los padres, etc. El profesor será el encargado de que los compañeros entiendan y respeten lo que le está pasando al niño. En algunas ocasiones deberá actuar como mediador.

Las pautas más importantes a tener en cuenta pasan por propiciar un ambiente en el aula donde el niño pueda comunicarse con tranquilidad y expresar sus sentimientos aunque no se debe forzar a los niños a hablar del divorcio si ellos no lo desean, hay que respetar sus tiempos y momentos, cada persona tiene sus ritmos. Puede ser interesante realizar alguna actividad donde se permita a los niños interiorizar lo que están viviendo y los cambios que están sucediendo.

El divorcio les afecta por eso es un momento importante para fortalecer los logros del niño, identificar sus habilidades y destrezas y hacérselas saber, así el niño se sentirá más seguro y contribuirá a su autoestima de una manera muy positiva.

El profesor deberá estar atento a los cambios que se produzcan a nivel académico y tomar las medidas oportunas para llegar a tiempo a las soluciones, si es necesario se deberá contar con el departamento psicológico de la escuela o en caso de no tenerlo con uno externo, sin dramatizar la situación.

Por último, el profesor deberá motivar al niño ya sea con actividades extraescolares o dándole la oportunidad de sobresalir en alguna actividad curricular frente a sus compañeros donde se vean reforzadas sus habilidades e intereses.

Como hemos visto el divorcio de unos padres afecta a los hijos y el maestro es un adulto importante que está muy presente en este momento de la vida de su alumno, por ello es básico que el niño sienta el apoyo de este y le ayude en la aceptación y adaptación al proceso.

3.1 Rendimiento Escolar

Se define al rendimiento escolar como el nivel de conocimiento de un alumno medido con una evaluación y que además éste está modulado por diversos factores psicológicos, sociológicos, pedagógicos, entre otros más.¹¹¹ Sin duda, el rendimiento académico es un aspecto muy importante dentro del proceso de enseñanza-aprendizaje, este rendimiento o nivel de logro se obtiene a través de una evaluación que de acuerdo al plan de estudios 2011, el docente es el encargado de realizarla, este proceso permite obtener evidencias para elaborar juicios y de esta manera brindar retroalimentación sobre los logros de aprendizaje, debe ser cualitativa y cuantitativa. Una de sus características principales es que se lleva a través de un proceso, que contempla tres etapas: la evaluación de inicio o diagnóstica, ésta ayuda a conocer los saberes previos de los estudiantes, la evaluación formativa que se produce durante el proceso de enseñanza y la evaluación sumativa cuyo fin es tomar decisiones para la acreditación, representada por un número otorgado por el maestro.¹¹² La evaluación es parte fundamental del proceso de enseñanza-aprendizaje, por tal motivo, no se puede considerar como un elemento aislado, ya que está en conexión con el resto de las partes que integran dicho proceso.

El bajo rendimiento académico es uno de los problemas más notable en los países en vías de desarrollo, los resultados de las investigaciones han demostrado que las causas de este problema, por lo general, no están ligadas solamente a factores relacionados con el plan del sistema escolar ni a las capacidades individuales de las personas, más bien se puede decir que está relacionado a un número importante de factores de origen social, escolar, familiar y cultural.

¹¹¹ Diccionario de las ciencias de la educación. Santillana, México. 1995

¹¹² Plan de estudios 2011. Educación Básica. SEP, México. 2011. Pp. 31,32

Las dificultades emocionales y de la conducta en los escolares constituyen un serio y difícil problema tanto para la educación y la salud mental de los estudiantes como para los padres cuyos hijos no logran en la escuela un rendimiento acorde con sus esfuerzos y expectativas. La mayoría de los alumnos que presentan dificultades emocionales y conductuales poseen leves alteraciones en su desarrollo cognitivo, psicomotor o emocional, sin que “en general” puedan ser asignados a categorías diagnósticas específicas tales como retardo mental, síndrome de déficit atencional o trastornos específicos del aprendizaje.

La duración, la frecuencia y la intensidad con que ocurre la conducta disruptiva son algunos de los elementos que permiten concluir que el alumno presenta un problema.

Cada estudiante presenta características cognitivo-afectivas y conductuales distintas, y las escuelas, en general, otorgan una enseñanza destinada a niños “normales” o “promedio” que prácticamente no presentan diferencias entre sí y que no muestran alteración, desviación, déficit o lentitud en ningún aspecto de su desarrollo. Esto provoca que todos los niños que por alguna razón se desvían o alejan de este “promedio” estén en riesgo de bajo rendimiento y de fracaso escolar. Un estudiante en riesgo no significa que sea retrasado o que tenga alguna incapacidad. La designación “en riesgo” se refiere a características personales o a circunstancias del medio escolar, familiar o social que lo predisponen a experiencias negativas tales como deserción, bajo rendimiento, trastornos emocionales, alteraciones de la conducta, drogadicción, etc.¹¹³

FACTORES DEL RENDIMIENTO

Los factores de riesgo del estudiante incluyen déficits cognitivos, del lenguaje, atención lábil, escasas habilidades sociales y problemas emocionales y de la conducta. Los factores de riesgo de la escuela se refieren a aquellas

¹¹³ JADUE, Gladys. *Factores psicológicos que predisponen el bajo rendimiento, al fracaso y a la deserción escolar*. Estudios pedagógicos, Chile. Nº 28, 2002. Disp. En www.scielo.conicyt.cl Fecha de consulta 2018.

características y circunstancias específicas ligadas a los docentes y administrativos como los prejuicios y las bajas expectativas de rendimiento, la inhabilidad para modificar el currículo, la falta de recursos y la carencia de estrategias de enseñanza adecuadas, la estructura, el clima organizacional y los valores del sistema escolar.

Dentro de los factores que afectan al rendimiento académico, se encuentran aquellos que están relacionadas con las dificultades de aprendizaje que tiene cada individuo. En la época actual, muchas personas tienen la idea de que la inteligencia es el factor personal que explica el rendimiento académico, sin embargo, se ha demostrado que existe una gran variedad de factores individuales que están vinculados con el rendimiento escolar, dentro de las cuales encontramos a la personalidad, ésta está vinculada con el rendimiento escolar en el sentido de que los problemas de aprendizaje se pueden derivar de la incompatibilidad que existe entre los rasgos de personalidad del niño y los métodos de enseñanza, el auto concepto y la motivación son otros de los factores que han sido conectados con el rendimiento escolar, estos dos últimos factores son influidos notablemente por la familia y por los profesores.¹¹⁴

A continuación se presenta una lista de factores extra e intra educativos retomados de Torres:

EXTRA EDUCATIVOS

- *Nivel socio-económico:* influyen aquellas cuestiones relacionadas con el ingreso del jefe de familia y los gastos de nutrición de cada miembro de la misma.
- *Nutrición:* es un factor determinante para el rendimiento escolar; un alumno bien alimentado es capaz de aprovechar mejor el aprendizaje.
- *Actitudes de las madres:* las creencias, expectativas y aspiraciones de la madre influyen positiva o negativamente en el desempeño escolar de los hijos. Estas varían según se trate de un varón o una mujer.

¹¹⁴ TORRES, Rosa M^a. *Los achaques de la educación*. Libresa. 1995. Pág.81-83

INTRA EDUCATIVOS

- *Tamaño del grupo de los alumnos:* contrario a lo que se piensa el nº de alumnos no incide en el rendimiento escolar, lo que importa en realidad es el manejo de esta situación por parte del maestro.
- *Disponibilidad de textos:* no se registra una conclusión clara si afecta o no; lo que se debe analizar sería la calidad de estos.
- *Capacitación docente:* se concluye que no hay relación, aunque se observó que se logra un mejor aprovechamiento con maestros con formación pedagógica.
- *Experiencia docente:* los resultados son ambivalentes ya que algunos estudios prueban que el docente influye positivamente sobre el rendimiento en las asignaturas de lenguaje, ciencias y matemáticas, pero también se concluye que muchos años como docente influyen de manera negativa en el rendimiento de los alumnos.
- *Relación alumno-docente:* el mayor y mejor rendimiento está vinculado a maestros que tienen buena relación afectiva con sus alumnos.
- *Normas de evaluación y promoción:* aunque estas son determinantes no hay investigaciones que muestren que haya relación alguna.
- *Asistencia al pre-escolar:* influye positivamente en el rendimiento escolar; sobre todo en los niños de bajos recursos.
- *Cambios de profesor durante el año escolar:* la ausencia o cambios de profesor durante un año lectivo afectan negativamente en el rendimiento escolar.
- *Asistencia a plantel público o privado:* no existen diferencias significativas entre un e de plantel y otro.
- *Equipamiento de las escuelas:* de modo general las escuelas mejor dotadas están asociadas con mejores rendimientos.

Si bien los factores intra educativos son determinantes para propiciar el rendimiento académico, en este capítulo nos abocamos en gran medida a los

factores extra educativos, ya que son estos los que nos dan un margen para identificar que afectan de manera muy concreta al rendimiento académico de los alumnos que atraviesan un proceso de divorcio. Como pudimos leer con anterioridad los cambios a nivel familiar empiezan a nivel socioeconómico ya que los padres al separarse no proveen económicamente a la familia como se venía haciendo o en muchos casos este apoyo económico para la manutención de los hijos es nula, por ende proyectan cambios a nivel nutricional que pudieran afectar el rendimiento escolar, de igual manera las actitudes que los padres en específico de la madre que es con quien de manera general se quedan los hijos, puede impactar de muchas formas tanto positivas o negativas en los alumnos, si una madre está pendiente de sus hijos y los motiva para continuar con sus vidas lo más normal posible es muy probable que esta situación aunque sea dolorosa pueda salir de la mejor manera, sin embargo una madre que esta ensimismada en su propio duelo o descarga su frustración en los hijos es más probable que se complique este proceso para todos. Por otro lado es muy importante que los padres comuniquen al profesor de los hijos la situación por la que se está atravesando para que éste tome las medidas necesarias y oportunas para ayudar y orientar al alumno evitando que su rendimiento académico se vea mermado.

El rendimiento escolar es la parte final del proceso enseñanza-aprendizaje, también es el planteamiento iniciado en el ciclo. Este resultado debe merecer total atención por parte de maestros, alumnos, padres de familia; estos últimos tienen la obligación de velar por el bienestar educativo que presentan sus hijos, el rendimiento escolar de los niños no solo depende de éstos sino también de los maestros y los estudiantes ya que si no existe una buena interacción entre las dos partes no podrá obtener los resultados esperados.

En la actualidad uno de los factores más importantes para que el individuo tenga éxito es la educación, y para que ésta tenga un desarrollo adecuado la familia debe cumplir con las necesidades, funciones y roles que el ser humano necesita, y así podrá desenvolverse con mayor facilidad y obtener las metas planteadas para de esta manera poder llegar a tener una integración apropiada.

En el proceso de enseñanza aprendizaje el desarrollo de la personalidad del niño se exterioriza, de manera que de una u otra forma influye en la capacidad de emisión y recepción de conocimientos y capacidades, buscando la formación intelectual individual y social de cada alumno. Y esta formación no debe dirigirse solamente a la educación sino a todo lo que está inmerso en él y así podrá llegar a ser un ser humano integral.

Cuando el divorcio no termina en buenos términos pueden ocasionar a sus hijos desequilibrio emocional presentando dificultades conductuales y en el aprendizaje, de tal manera que en el mundo en el que estamos inmersos está lleno de riesgos para los niños, pero también está lleno de oportunidades, por tal razón debemos brindarles seguridad emocional para que se sientan seguros de sí mismos y esto se verá reflejado en la escuela y en sus relaciones sociales.

La ruptura matrimonial juega un papel importante dentro del proceso de aprendizaje, ya que produce un desequilibrio emocional tanto en los padres como en los hijos y en éstos se ve reflejado en sus calificaciones ya que el estudiante no está en un ambiente favorable para desarrollarse en su entorno educativo. Por esta razón podemos decir que las calificaciones obtenidas por los alumnos son producto de la relación familiar al ser el más adecuado, contribuye a las relaciones familiares favorables que influyen en la forma de la personalidad del niño.

En la educación de los niños la familia y la escuela deben marchar juntas. Es por esto que la responsabilidad educativa de los padres va mucho más allá, y además deben estar al tanto del proceso y resultado del rendimiento escolar de sus hijos, y principalmente deben tener una comunicación constante con los maestros y autoridades del plantel, para enterarse sobre el comportamiento, cumplimiento de tareas escolares y participación de las actividades planificadas.¹¹⁵

¹¹⁵ *Relación de Divorcio y Rendimiento Escolar 2012*. Disp. En file:///G/desintegración-familiar-vs-rendimiento-academico.shtml fecha de consulta: Junio 2017

3.2 Fracaso Escolar

El fracaso escolar se identifica generalmente con no alcanzar los niveles terminales mínimos establecidos por cada centro para cada materia o área tomando como referente el currículo.¹¹⁶

El fracaso escolar es un fenómeno tan antiguo como la escuela misma. Aparece tan asociado a ella a lo largo de la historia; se considera que la escuela no es el único lugar donde se gesta y provoca, sin embargo, ella representa el orden institucional que crea las condiciones suficientes para que exista, ya que le toca construirlo y sancionarlo. En el fracaso escolar se proyecta y adquiere visibilidad todo el entramado de relaciones que en cada contexto social, institucional y personal tejen los vínculos siempre complejos entre la sociedad, los sujetos, la cultura y los saberes, la escuela como institución, en suma. No siempre es fácil hablar con precisión del fracaso escolar y comprenderlo. Tampoco es sencillo pensar, decidir y actuar coherentemente para combatirlo. En términos generales, está ligado a la escuela como una institución que tiene sus propias reglas de juego para formar a los estudiantes en un determinado sistema de valores, conocimientos, capacidades y formas de vida. Las concreta en la cultura que en cada momento histórico selecciona y organiza como valiosa, los objetivos que declara, lo que de hecho enseña y las oportunidades de aprendizaje que crea para los estudiantes, así como en los criterios y procedimientos que emplea para determinar qué estudiantes se ajustan a sus expectativas y exigencias y quiénes no lo hacen satisfactoriamente. Todo ello conforma el mayor o menor grado de éxito con que los estudiantes, cada uno de ellos en particular, consigue navegar por ese universo de normas y exigencias.

El fracaso, por lo tanto, no es un fenómeno natural, sino una realidad construida en y por la escuela en sus relaciones con los estudiantes y, naturalmente, de éstos

¹¹⁶ SANCHEZ Serafín, *Niños y jóvenes en desventaja ante la educación: causas y consecuencias del absentismo y del fracaso escolar*. Revista de estudios de juventud 2001. Pág. 24

con ella. Sin el orden moral y cultural que representa e impone, el fracaso sencillamente no existiría. O, al menos, no en los términos y con las manifestaciones que podemos apreciar, por ejemplo aquí y ahora, ni tampoco con sus efectos más directos y colaterales para los estudiantes e incluso para la sociedad en general. Asimismo, el fracaso escolar no sólo es una realidad social y escolar fabricada. También es un fenómeno designado con ciertas palabras y significados, interpretado y valorado según determinados discursos y perspectivas.¹¹⁷

Además de los marcos del currículo oficial cuyos objetivos, contenidos y aprendizajes sirven como una referencia para determinarlo, el fracaso también depende de los modos según los cuales lo entienden los docentes, así como de sus prácticas mediante las que proveen educación a los estudiantes, miden y valoran los aprendizajes, responden (o dejan sin las respuestas y ayudas pertinentes) a aquellos estudiantes que encuentran dificultades en sus trayectorias escolares y educativas. De uno u otro modo, resulta de un desencuentro entre lo que la escuela y sus profesores esperan y exigen y lo que algunos alumnos son capaces de dar y de demostrar. Se traduce, desde luego, en resultados que son valorados como no satisfactorias de acuerdo con determinados cánones y niveles de exigencia. Por todo ello, el fracaso escolar es como un paraguas que acoge múltiples realidades fácticas, cotidianas o personales y también estructurales y sistémicas, difíciles de aprender, relacionar y combatir.

¹¹⁷ ESCUDERO, Juan M. *Fracaso escolar, exclusión social: ¿de qué se excluye y cómo?* Revista de currículum y formación de profesorado, vol. 9 núm. 1, 2005. Pág. 1 y 2

3.3 Factores del Fracaso Escolar

En general, los diversos estudios que intentan explicar el fracaso escolar lo hacen partiendo de las variables que aluden a los tres elementos que intervienen en la educación: padres (determinantes familiares), profesores (determinantes académicos) y alumnos (determinantes personales).

Entre las variables personales más estudiadas se encuentran la motivación y el auto concepto. La motivación se considera como un elemento propiciador de la implicación del sujeto que aprende: cuando un alumno está fuertemente motivado todo su esfuerzo y personalidad se orienta hacia el logro de una determinada meta, empleando para ello todos sus recursos. Según González (1997) existe cierto consenso entre las diversas teorías y enfoques motivacionales al conceptualizar la motivación en términos de creencias conscientes y valores.

El auto concepto resulta de la interiorización que el sujeto hace de su imagen social. Se elabora a partir de las diferentes interacciones con el contexto y agentes sociales y resulta de gran importancia el trato de aceptación o rechazo recibido de los demás, especialmente de los otros significativos. Un interesante estudio delimita el auto concepto positivo como uno de los factores protectores del riesgo de fracaso escolar en caso de situaciones familiares desfavorables (Fullana, 1995).

Otro grupo de determinantes del rendimiento son los socio familiares. La condición educativa atribuida a la familia está fuera de toda duda y discusión, siendo cada vez mayor la conciencia de la importancia del papel de los progenitores en el progreso y desarrollo educativo de sus hijos. Schiefelbaum y Simmons consideran los antecedentes familiares el determinante individual de mayor importancia y peso en el rendimiento académico alcanzado por el alumno. Entre los factores familiares de mayor influencia destacan las variables de la clase social y el medio educativo y familiar.

La influencia de la clase social está mediada por el nivel cultural que, a su vez, determina las expectativas, valores y actitudes de la familia respecto a la educación, es decir, la motivación de logro depende más del nivel cultural de los padres que de su nivel de ingresos. El último grupo de determinantes lo constituyen las variables escolares, principalmente, el profesor y los iguales. Marchesi y Martín (2002) proponen que el nivel sociocultural del alumno y sus aptitudes previas influyen indirectamente en los resultados del aprendizaje, al condicionar los procesos de aula.¹¹⁸

Judit Fullana en sus investigaciones sobre el rendimiento escolar encontró que el hecho de tener un origen social desfavorecido y de haber vivido situaciones de desestructuración familiar podía constituir un factor de riesgo importante asociado al fracaso escolar. Precizando que el fenómeno de la «resiliencia»¹¹⁹ no se reduce al hecho de tener éxito en la escuela y obtener unas buenas calificaciones.¹²⁰ A continuación presentamos las tablas de variables que ella seleccionó para delimitar el fracaso escolar.

¹¹⁸ LOZANO Díaz, Antonia. *Factores personales, familiares y académicos que afectan al fracaso escolar en la educación secundaria*. Disponible en: redalyc.org. pág. 46-48

¹¹⁹RESILIENCIA: f. Capacidad de adaptación de un ser vivo frente a un agente perturbador o un estado o situación adversos. DICCIONARIO DE LA LENGUA ESPAÑOLA- Vigésima segunda edición.

¹²⁰ FULLANA Noel, Judit. *La búsqueda de factores protectores del fracaso escolar en niños en situación de riesgo mediante estudio de casos*. Revista de investigación educativa, 1998

VARIABLES RELACIONADAS CON LAS CARACTERISTICAS ACTITUDINALES
DE LAS Y LOS ESTUDIANTES.

VARIABLES	DEFINICIÓN
Auto concepto-autoestima (Frey, 1989; González y Tourón, 1992)	Nos interesa saber como el/la joven se concibe a sí mismo como estudiante: qué pensamientos, qué sentimientos y qué actitudes cree que son representativas de sí mismo como estudiante. La valoración que la persona hace de sí misma, de sus propias características como estudiante forma parte de la autoestima del sujeto.
Motivación hacia la escuela y el trabajo escolar (Ball, 1988)	Orientación y mantenimiento de las conductas hacia la realización de tareas relacionadas con la escuela y el trabajo escolar.
Actitudes hacia la escuela y el trabajo escolar (Ball, 1988)	Aquellos sentimientos o tendencias favorables o contrarias a la escuela en general y al trabajo escolar que en ella se realiza.
Auto responsabilidad en el aprendizaje (locus of control, motivación del logro y atribución de la causalidad) (Wang y Peverly, 1987)	<p>En nuestro estudio consideraremos que el individuo tiende a un locus de control interno:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Si se manifiesta en el sentido que él cree que es determinante de los acontecimientos de su entorno, concretamente si considera que es él o ella misma la determinante de sus resultados académicos, y no los atribuye a la suerte o a las circunstancias. • Si se considera responsable de sus conductas relacionadas con la adquisición de aprendizajes académicos y de sus propios resultados. • Si atribuye sus éxitos o fracasos a variables que él o ella pueden controlar, como el esfuerzo, y no los atribuye a la falta de habilidades o capacidades. <p>La motivación del logro es, según Ball, 1988:</p> <ul style="list-style-type: none"> • La predisposición que tiene el chico o la chica ante el éxito en la escuela. • Su disposición ante la posibilidad de conseguir unos mejores resultados escolares, la orientación y empeño del sujeto hacia la realización correcta de las tareas escolares. • Su orientación hacia el logro lo que implica un cierto grado de perseverancia en la realización de una tarea.
Rendimiento anterior	Resultados del alumno o de la alumna en cursos anteriores, de una manera general, por ejemplo, si obtuvo el graduado escolar y con qué calificación, las asignaturas aprobadas y suspendidas, o bien las calificaciones de las distintas asignaturas que figuran en las actas académicas.

Elaborado por Fullana Judit.¹²¹

¹²¹ Ibidem

VARIABLES RELACIONADAS CON LAS CARACTERÍSTICAS DEL AMBIENTE DE APRENDIZAJE

VARIABLES	DEFINICIÓN
Los profesores/as	<ul style="list-style-type: none"> • Concepto que los profesores tienen del alumno/a alumna como estudiante • Expectativas de los profesores en cuanto a los estudios del alumno o de la alumna • Características de la relación del alumno con los profesores • Estilo docente, entendido como las conductas referidas a la enseñanza
El currículum	<ul style="list-style-type: none"> • Asignaturas que el alumno prefiere • Organización del trabajo en el aula: tipo de trabajo que prefiere el estudiante, trabajo en equipo o trabajo individual • Tareas y actividades que el/la estudiante prefiere • Tipo de tareas que el /la estudiante considera que le son de mayor utilidad para aprender
El contexto de aprendizaje	<ul style="list-style-type: none"> • Características de los estudiantes que forman el grupo clase según la percepción del sujeto • La relación del chico o la chica con sus compañeros de clase.

Elaborado por Fullana Judit.

Para comprender las dificultades del aprendizaje que tienen algunos estudiantes, su desconexión de la escuela, las situaciones de riesgo en las que algunos de ellos puedan llegar a encontrarse, hay que considerar al menos tantas variables como las que se incluyen en las tablas anteriores; sin embargo, la relación de listas como ésta no ayudan demasiado a la comprensión: dejan en el aire diversos interrogantes acerca, del peso que cada una de los elementos pudiera tener, la influencia combinada y dependiente, a su vez, del comportamiento y las interacciones de cada una de ellos con los demás, así como las relaciones con determinadas condiciones o circunstancias externas a la educación o localizadas en el interior de los centros y aulas.

3.4 Función del pedagogo ante el divorcio de los padres

Parece sensato reconocer que la exclusión educativa o los riesgos de llegar a ella involucran en una relación indisoluble a ciertos *alumnos que están en situación* considerados, también, como *entornos de riesgo*. Se trata, pues, de fenómenos que evidencian desajustes mutuos entre estudiantes y centros: ni los primeros logran atenerse, seguramente por múltiples factores, a un determinado orden y reglas escolares, ni los centros piensan, son capaces o quieren tomar en consideración de modo efectivo sus realidades y desapegos (distancias culturales, personales, afectivas, etc.) de la educación. La hipótesis de que todo ello pueda deberse a desajustes recíprocos es digna de consideración y arrostra sus correspondientes implicaciones. El fracaso o la exclusión escolar no son sólo de los alumnos. Ahora bien, salvo que se quiera asumir un planteamiento paternalista y también simplificador, ellos tienen su parte de responsabilidad. Si son una parte del problema (no todo el problema), en ellos ha de residir alguna parte de la solución (aunque no toda, tampoco). Cualquier planteamiento fácil, complaciente o sobre protector, que insista en la línea de que el alumnado ha de ser exonerado de cualquier esfuerzo, obligación y responsabilidad en su propio aprendizaje, supondría un simplismo parecido a otros que hemos denunciado. A la postre, terminaría yendo en contra de la formación debida que cada persona necesita para ser libre y autónoma. Eso se va labrando en el tiempo a base de reclamar derechos y asumir deberes. El de formarse es fundamental. En esta materia, pues, no debemos caer en demagogia. El “paidocentrismo” mal entendido puede llevar por caminos tan dispares como llegar a justificar que a quien no quiera aprender hay que respetarle esa libertad, o que la escuela haya de ser un entorno cultural de formación tan “adaptado” que su lema hubiera de ser el aprendizaje sin esfuerzo. Esta invitación a mirar específicamente al alumnado no excluye que los contenidos, los aprendizajes, las metodologías y relaciones, los criterios y procedimientos de evaluación, la organización y la gestión de los centros –el orden

escolar en suma– hayan de tomar en consideración inexcusable el mundo de cada alumno y hacer lo procedente para facilitar su aprendizaje en lugar de crear obstáculos indebidos o dificultades no razonables, perpetuar la insensibilidad al hecho de que cada estudiante (sobre todo algunos) tienen puntos de partidas y condiciones que afectan a sus trayectorias escolares que están muy alejadas de las reglas del juego escolar dominantes.¹²²

Diversas decisiones y pautas organizativas, culturales y relacionales, que han sido expresamente tratadas por González (2004) en relación con los estudiantes en riesgo, también pueden contribuir, no sólo a que la trayectoria de los estudiantes a lo largo del currículo escolar sea más o menos facilitadora y articulada, sino que, cuando no se satisfagan criterios mínimos de coherencia y continuidad, pudiera suceder que también la escuela como organización represente, como decíamos, un lugar poco amable con determinados estudiantes. Asimismo, cuestiones como las que van desde la organización y adscripción del profesorado, la organización y gestión de los departamentos, las relaciones entre docentes y las demás unidades administrativas de los centros, la atención personal a los estudiantes y el funcionamiento de la tutoría, hasta las que conciernen a la formación y colaboración entre los profesores, sus creencias, relaciones y prácticas, singularmente respecto a las dificultades del aprendizaje y la diversidad por abajo, representarán otras tantas fuentes de factores del éxito escolar o del fracaso. Finalmente, las relaciones del centro y el profesorado con las familias y en concreto el mayor o menor grado de implicación y participación efectiva en la vida del centro y en los temas específicos de la educación de sus hijos e hijas, así como la existencia o no de otras relaciones de colaboración con servicios sociales, municipales y similares, también se pueden considerar como factores y dinámicas relevantes tanto en la prevención como en las respuestas reactivas a la exclusión o los riesgos de caer en ella.

¹²² ESCUDERO, Juan M. *Fracaso escolar, exclusión social: ¿de qué se excluye y cómo?* Revista de currículum y formación de profesorado, vol. 9 núm. 1, 2005. Pág. 16.

Pensando, por su parte, en las actuaciones y proyectos concretos, no cabe otra opción que situarlos en los espacios de posibilidad y de esperanza en que pueden convertirse los resquicios que el sistema deja, consiente y en alguna medida promueve para que puedan ocurrir luchas activas, aunque parciales, contra las injusticias y la exclusión educativa. Los sistemas escolares y los centros educativos representan, seguramente, lugares institucionales privilegiados para ello. Algunas de sus limitaciones serias podrían, quizás, ser superadas, si las políticas y actuaciones operan en el marco de proyectos y medidas que lleguen a ser lo más integrales posibles. Es ahí donde se pueden situar, por lo tanto, las prioridades, las ideas y los proyectos educativos contra la vulnerabilidad y el fracaso, así como buscar su integración en proyectos sociales, servicios y agentes más integrales. Los proyectos escolares que pretendan suponer espacios de lucha contra la exclusión habrían de tomar en consideración, al menos, algunas de las consideraciones expuestas en los puntos anteriores. En concreto, las que se refieren a que uno de los pilares sobre los que aquella se construye sigue anidando en la persistencia de un orden escolar que no es suficientemente sensible ni habitable para los sujetos más desfavorecidos. De manera que actuar localmente contra el fracaso o los riesgos de terminar cayendo en él, pasa por revisar y transformar ideas y concepciones sobre el conocimiento, la cultura escolar, las oportunidades que se crean para que los estudiantes aprendan, los patrones inveterados de tipificación, clasificación y devaluación de aquellos estudiantes que no se ajustan a la escuela porque, en lo que a ella le toca, tampoco les tiene suficientemente en cuenta. Como apuntamos, las políticas que quieran hacerse cargo de sus realidades para transformarlas, tienen que convertirse en prioridades compartidas y asumidas por todos los centros y todo el profesorado.

Los contenidos y los procesos de una mejora que garantice de la educación debida a todos tienen que construirse y articularse en cada contexto, por los centros y el profesorado que está dentro de ellos, en contacto directo con los estudiantes. Naturalmente, con apoyos, refuerzos y colaboración desde fuera. No

hay fórmulas mágicas, ni soluciones expeditivas. Pero algunas orientaciones están, en principio, a nuestro alcance. Así se han documentado en proyectos bien diversos de mejora (Harris, 2002), cuyos ejes fundamentales se pueden resumir en: analizar y reflexionar sobre los resultados del aprendizaje, satisfactorios o no; tomar como referencia los datos disponibles sobre el riesgo o la exclusión para que, haciendo el esfuerzo de entenderlos y vincularlos a lo que se enseña y cómo se está haciendo, armar proyectos paulatinos empeñados en ir mejorando procesos, contenidos y resultados; revisar el currículo cuando sea necesario, teniendo claro que los aprendizajes indispensables han de serles garantizados a todos y que, para lograrlo, ha de flexibilizarse lo que sea pertinente atendiendo a la diversidad y personalizando la formación, sin poner en cuestión el núcleo básico de la educación, los contenidos y las competencias indispensables.

Promover y realizar proyectos de mejora es algo que pasa inexcusablemente por fortalecer la capacidad institucional de los centros para ello, así como nutrir las concepciones, capacidades y compromisos necesarios de todo el profesorado. La formación para este tipo de cambios, la organización, gestión y liderazgo de los centros para ese propósito, y los apoyos e implicación de las administraciones en ello son, desde hace tiempo, tareas bien justificadas, pero todavía pendientes. Cultivar, finalmente, en los centros una buena cultura de la evaluación que tenga bien en cuenta el núcleo de los aprendizajes esenciales (me estoy refiriendo a la educación obligatoria), recabar la información precisa, sin caer en una información desbordante y difícil de manejar, y reutilizarla para seguir promoviendo actuaciones sucesivas, puede que sea otro elemento llamado a jugar un papel importante.

Como las realidades a las que pretendan responder los proyectos escolares más concretos hunden sus raíces en la familia, el barrio, el municipio o zonas más amplias que los centros, integrar en los mismos a actores múltiples parece bastante razonable. En esa dirección precisamente apunta la idea de los servicios sociales integrados. No se me pasan por alto, desde luego, las

dificultades que hay que superar para elaborar proyectos de esa naturaleza, así como para concentrar ideas, presupuestos, metodologías y compromisos bien delimitados y al mismo tiempo compartidos.¹²³

CAPÍTULO 4

PROPUESTA PEDAGÓGICA: TALLER PARA PADRES EN SITUACIÓN DE DIVORCIO

En una sociedad de constantes cambios, el rápido crecimiento de la ciencia y la tecnología, la aparición y agudización de problemas sociales como el divorcio, la inseguridad pública, la desintegración familiar y las adicciones, hacen necesarias nuevas respuestas a los cambios en la vida familiar.

No es lo mismo el rol de padre y madre hace unas décadas atrás, al rol que desempeñan en la actualidad, ahora más que nunca todas las personas involucradas en la educación, nos encontramos ante una real necesidad social de apoyar a los padres y madres de familia a través de programas donde se les faciliten los conocimientos y habilidades que les ayuden en la difícil tarea de guiar a sus hijos sin descuidar por esto, su rol como persona, pareja y trabajador, ya que dichos factores son muy importantes en su desempeño como padres y madres.

Para la planeación, desarrollo e instrumentación de programas que apoyen a los padres de familia, se hace necesario contar con espacios y materiales didácticos abocados a este fin.

4.1 Definición del taller

El presente trabajo tiene como objetivo el diseño y la elaboración de un manual dirigido a facilitadores de la educación que se una herramienta útil en la realización de trabajo con padres y madres de familia.

¹²³ ESCUDERO, Juan M. *Fracaso escolar, exclusión social: ¿de qué se excluye y cómo?* Revista de currículum y formación de profesorado, vol. 9 núm. 1, 2005. Pág. 18-22

Hoy por hoy la familia se enfrenta a la crisis desintegradora que experimenta la sociedad: abandonos de hogar, madres solteras, rupturas matrimoniales, alcoholismo, drogadicción, violencia y abusos de todo tipo.

La familia se enfrenta a una nueva visión y a una valoración distinta del mundo. Nuestros padres nos educaron obedeciendo a su intuición natural y guiados, ante todo, por el sentido común, por las tradiciones y los valores que les fueron inculcados en el seno de su propia familia. Pero, ¿qué sucede en una sociedad como la nuestra, en la que el sentido común deja de ser algo común y en la que vemos tambalearse uno a uno esos principios familiares que parecían tan firmes? Esta situación descontrola y desconcierta a los padres de familia, que, con la mejor voluntad tratan de guiar a sus hijos. Así mismo, observamos que en la sociedad actual, hay un conflicto de valores, pues aunque por una parte existe el deseo de practicar valores universales, como la verdad, el amor, la moral, etcétera; por otra se practican conductas antagónicas a los mismos. Esto crea confusión y desconcierto en los niños, jóvenes y adultos y les produce un malestar que los lleva a actuar desorganizadamente; sin embargo también observamos un deseo de salir adelante, de querer un mundo mejor donde vivir.

Respecto de las instituciones, el ámbito educativo siempre ha sido el campo de formación y crecimiento de los seres humanos, y ahora más que nunca es el momento de llevar a cabo y cuidar que esa formación y desarrollo sean guiados y practicados de la manera más eficiente y útil para que realmente sean el instrumento de transformación y cambio que preparen a los niños, jóvenes y adultos para que enfrenten lo que se les presente en el futuro.

Más aún si se considera que la escuela es un sistema abierto, en el que la educación del menor es el objetivo principal, tendremos que incluir no solo la formación de éste, sino también la de los padres y maestros.

Definitivamente el rol de padres no es el mismo que el de hace algunas décadas, al rol que desempeñan en la actualidad, ahora más que nunca todas las personas

involucradas en la educación, se encuentran ante una real necesidad social de apoyar a los padres y madres de familia a través de programas donde se les faciliten conocimientos y habilidades que les ayuden en la tarea de guiar a sus hijos.

El presente modelo tiene como principio acompañar a los padres de familia en su tarea como educadores proporcionando información (**componente cognitivo**), orientación (**componente valorativo**), capacitación (**componente conductual**) e intercambio de vivencias e introspección personal (**componente emocional**) sobre temáticas relacionadas con el desarrollo y formación de los hijos, así como el desarrollo personal de los propios padres de familia.

A) Componente cognitivo: Inclusión de conceptos, aspectos o información relevante del tema que se está abordando.

B) Componente valorativo: Son aquellos elementos que proporcionan al padre de familia un estado de reflexión para evaluar y orientar sus valores, creencias o principios. Se logra a través recursos documentales, películas, descripción de casos, textos periodísticos, cuestionarios, etc.

C) Componente conductual: Se ejerce cuando se aplican técnicas asertivas que permitan aprender a valorar la propia opinión ante la presión de los demás. Se trata de establecer un dialogo entre dos interlocutores o entre un grupo. El interlocutor, con sus argumentos, intenta convencer al individuo respecto a una conducta, y éste trata de argumentar su opinión. Resultan muy útiles para mejorar la toma de decisiones.¹²⁴

Entre las que podemos encontrar diversas técnicas como:

- Disco rayado: en la repetición del mismo argumento, hasta que el interlocutor se da cuenta de la imposibilidad de convencer al otro.

¹²⁴ Manual de la educación, (2002), Océano Grupo Editorial, S.A., Barcelona, España. PP. 785-786.

- La aserción negativa: en la que la argumentación que se utiliza está basada en el reconocimiento de los propios errores respecto a una situación determinada.
- La interrogación negativa: se piden explicaciones por las críticas recibidas, de modo que estas pierden su sentido.
- Sociodramas.
- Ejercicios donde se ponga en juego el movimiento y la revelación de actitudes.

D) Componente emocional: Está presente en cada uno de los anteriores en la medida que se genera un compartir de experiencias. Las emociones son la respuesta de estímulos¹²⁵. Estos estímulos se generan constantemente en cada componente, sin embargo en este modelo se emplean dinámicas de visualización y de reflexión que permitan al participante experimentar diversas sensaciones y emociones.

El modelo está dividido en tres bloques, mismos que contienen los temas a desarrollar.

Los criterios para operar el modelo son:

- 1.- Dar a conocer al grupo el ENCUADRE, esto es los criterios, lineamientos y el carisma que debe prevalecer en cada una de las sesiones.
- 2.- Al iniciar cada bloque habrá de considerarse:
 - El objetivo del bloque.
 - No se pueden mezclar los temas, es decir una vez que se inicia un bloque, éste debe concluir con el desarrollo de los temas que lo conforman.
 - Los temas de cada bloque pueden manejarse consecutivamente o a elección del facilitador, tomando en cuenta las características del grupo.
 - Cada tema tiene un objetivo de aprendizaje y una lectura de apoyo que se denomina enfoque.

¹²⁵ Según Robert A. Barrón, en su libro de Psicología (1995), *emoción es una respuesta que consta de reacciones fisiológicas, estados cognoscitivos subjetivos y conductas expresivas.*

- El enfoque, no es más que una lectura que permitirá tanto al facilitador como al participante tener una idea general de lo que se busca en la sesión.
- Cada tema contiene una sesión que se desarrolla bajo los siguientes rubros:
 - Bienvenida
 - Introducción
 - Componentes:
 - a) componente cognitivo: Enfoque del tema
 - b) componente valorativo
 - c) componente conductual
 - d) componente emocional
 - Compartir abierto (más adelante se describe en qué consiste este rubro)
 - Cierre de sesión

3.- Cada sesión contempla:

- Tiempo: la duración para cada sesión es de 2 hrs. (Es importante señalar que habrá sesiones en donde los ejercicios o actividades requieran más o menos tiempo del que se establece, de ahí que el facilitador deberá intervenir para guiar al grupo y concluir en las 2 hrs.)
- Materiales: materiales que deberá prever el facilitador para el desarrollo de la sesión y los materiales para el participante (cuadernillo donde se incluye el **enfoque**).
- Procedimiento: se describen las actividades y ejercicios a desarrollar durante la sesión.

COMPARTIR ABIERTO

A partir de una pregunta clave, se propone al grupo participar abiertamente sobre el tema abordado, este compartir debe hacerse bajo los siguientes criterios:

- a. Es de forma voluntaria.

- b. No se puede interrumpir al que está hablando.
- c. Es importante el respeto, no hay crítica y tampoco se juzga.
- d. Se escucha con el corazón, es decir, sin hacer juicios o censurar al que está hablando.
- e. Al concluir, el grupo no aplaude, sólo da las gracias.

ENCUADRE

El encuadre del taller permite que el grupo establezca mejores relaciones en un ambiente seguro. Es necesario que el facilitador, antes de iniciar los trabajos del taller, de a conocer al grupo cuales son las condiciones del trabajo que se deben respetar en cada sesión.

“existen una serie de habilidades que favorecen el establecimiento y el mantenimiento de relaciones sociales fuertes y sólidas. Estas habilidades son importantes en la relación con los demás para aumentar la seguridad personal y la autoestima, para facilitar unas relaciones fluidas evitando malentendidos, ahorrando tiempo y energía, para ser respetado, para aumentar la influencia positiva sobre los otros y, finalmente, para incrementar la valoración dentro del grupo”¹²⁶

Intenta comprender a los demás, escucharlos, comunicarse con ellos y ser firmes pero respetuosos son algunas claves para el buen funcionamiento del grupo.

CARISMA

“NADIE EDUCA A NADIE, NADIE SE EDUCA A SÍ MISMO, NOS EDUCAMOS UNOS A OTROS JUNTOS” (Paulo Freire)

Los miembros de un grupo necesitan:

- ✓ Sentirse parte de ...
- ✓ Aceptados y valorados

¹²⁶ Máster Biblioteca Práctica de Comunicación. “Autodominio”. Ed. Océano. PP. 142.

- ✓ Escuchados y comprometidos
- ✓ Señalar su propio ritmo
- ✓ Establecer lazos personales de relación

El ambiente que se vive en el taller es de:

- ✓ Afecto
- ✓ Comprensión
- ✓ Confianza
- ✓ Responsabilidad
- ✓ Optimismo y alegría

El taller tiene facilitadores:

El facilitador no es un directivo, no es quien guiará o determinará el aprendizaje del grupo, sino es el mismo grupo quien encuentra ese aprendizaje.

Todo lo que se vive se:

- ✓ Respeto
- ✓ Queda en el grupo
- ✓ Agradece
- ✓ Escucha con el corazón (se busca la empatía)
- ✓ No se juzga, ni se aconseja (las respuestas están en uno mismo)
- ✓ Se comparte
- ✓ Vive con optimismo
- ✓ Busca apoyar, más no solucionar o resolver

4.2 Temas a trabajar

Bloque 1. AUTOCONOCIMIENTO

El proceso de divorcio es una etapa donde los miembros de la familia pasan por una serie de acontecimientos y sentimientos que les nublan la visión y los apartan de lo verdaderamente importante, en el caso de los padres, los hijos; el AUTOCONOCIMIENTO es una parte fundamental para poder vivir mejor con

nosotros mismos y con los demás, y que podamos alimentar nuestras propias capacidades y transformar los errores y fallos en triunfos.

El autoconocimiento trae grandes frutos a quien a quien lo logra. ¿Entonces porque no se busca con más ahínco por la mayor parte de la gente? No es fácil tener el coraje suficiente como para auto examinarse y ver los defectos y flaquezas y hacer lo que esté en nuestras manos para mitigarlos. Lo que hemos de tener claro es que el esfuerzo vale la pena.

Uno de los pasos para irse conociendo es adquirir conciencia de nuestros actos. Esto nos permite reflexionar y buscar las causas que provocan ese desconocimiento interior que nos impide acceder a la felicidad.

Mediante ésta auto observación vamos reconociendo nuestros valores y capacidades, nuestros intereses y posibilidades.

Comenzar a conocerse a uno mismo es el primer y decisivo paso para ser creadores de nuestra vida es el gran desafío de los seres humanos a lo largo de todos los tiempos.

Gracias a la auto observación somos capaces de distanciarnos de la subjetividad con la que solemos vernos. Así, damos un paso atrás para tener más perspectiva y ver el conjunto y no solo el detalle. De esta manera podemos adquirir una imagen más fidedigna de quién y cómo somos.

Esto no quiere decir buscar lo negativo si no tratar de ser ecuánime y ver tanto lo positivo como lo negativo que hay en nuestro interior y en nuestra forma de actuar. No se trata de censurarse o reprobarse, lo más efectivo es estudiar las actitudes negativas de forma provechosa. Esto es, apoyando su transformación en algo positivo y excluyéndolas del conocimiento. Por otra parte, las capacidades reconocidas en uno mismo deben ser usadas para disminuir lo negativo que se haya encontrado mediante al auto observación.

127

Dicho esto, concluyó que el autoconocimiento es fundamental dentro de un proceso de divorcio, ya que este nos permite asumir aquellas

¹²⁷ BENNETT, Michel, "*Autoconocimiento*". Valencia 2008.

responsabilidades que pudieron haberse dejado de lado durante la separación de la pareja, asumiendo que si bien la pareja no funcionó, el rol de padre y madre permanece vigente, siempre.

Tema 1.1 La reproducción de modelos de comportamiento

Enfoque del tema

“la vida del hombre no puede “ser vivida” repitiendo los patrones de su especie: es él mismo -cada uno- quien debe vivir. El hombre es el único animal que puede estar fastidiado, que puede estar fastidiado, que puede sentirse expulsado del paraíso” (Erich Fromm, *Ética y psicoanálisis*).¹²⁸

Un deportista si es disciplinado, lucha permanentemente por superar su marca, se alimenta adecuadamente, evita caer en vicios, piensa positivamente, no cae en distracciones; entonces, seguramente vencerá los retos que el deporte que practica le presenta.

La manifestación del individuo, en cada uno de sus actos, es la expresión de su yo interno a través de su yo externo, con sus limitaciones, alcances y expectativas; sólo mediante el cultivo de la personalidad, con la atención necesaria, se podrá tener un avance sostenido para que se mantenga en armonía y pueda transmitir en sus actos emociones, sentimientos, pensamientos y valores; evitando caer en estados depresivos y de autodestrucción, que afectarán a su persona como a su familia.

El yo interno, la individualidad, se manifiesta en forma natural sin que medie necesariamente un estímulo, que los valores de que está compuesto son auténticos e inamovibles, son los que identifican al ser humano, es la esencia, a través de ella se le encuentra significado a la vida, es la parte que facilita el crecimiento, el desarrollo de la persona, crea estados de bienestar.

¹²⁸ SAVATER, Fernando. *Ética para Amador*. Ed. Ariel. Pp.33

El mejor ejemplo lo encontramos en los niños. En ellos, la naturaleza del ser humano se hace patente en toda su plenitud, pues no existe ninguna limitación que obligue al pequeño a abstenerse de su expresión espontánea, muchos niños tienen manifestaciones artísticas sin haber tenido alguna capacitación al respecto. El yo externo, la personalidad, es la expresión que se da hacia el exterior, se adquiere en el núcleo familiar, en el social y en el ambiente donde se habita; en estos espacios se adoptan hábitos, costumbres, tradiciones, datos, información, que se manifiestan por medio de la conducta, influyen en la forma de pensar y de ser, en ocasiones esconden la autenticidad del individuo, que oculta, a partir de estas formas adquiridas, su individualidad.

El comportamiento del ser humano está determinado y es producto de la educación recibida desde su nacimiento y en la mayoría de las veces rige su conducta en la adolescencia, juventud y adultez. Si a un niño le imponen limitaciones pretextando que se le está formando o educando y por lo tanto debe tener disciplinas para comportarse socialmente, estas disciplinas, en muchas de las ocasiones, frenan la expresión natural del ser humano para sujetarlo a las normas impuestas, entre las que encontramos también los prejuicios, el temor al qué dirán, el cuidado de la opinión de los demás por lo que pueden pensar o decir de él.

Las experiencias positivas fortalecen la conducta, la enriquecen, estimulan el razonamiento lógico para determinar situaciones asertivas, alientan los talentos personales, logran mentalizar alternativas para guiar la conducta.

Los estados negativos predisponen comportamientos y relaciones irreflexivas, bloquean actuaciones, aptitudes, impiden analizar los diferentes caminos que pueden tomarse para encauzar los pasos hacia estados superiores de vida, son una especie de bloqueo para avanzar hacia el bienestar.¹²⁹ Por ello, en la tarea como educadores, es necesario revisar esos modelos (porque siempre los repetimos) de conducta que nos impiden crecer e impiden el crecimiento de nuestros hijos. Lo que fue útil para mí, no siempre es útil para el otro.

¹²⁹ LUCIANO, Abel. *Éxito o fracaso*. Ed. Punto fijo. Pp.25-26

Tema 1.2 Mis miedos y los miedos de mi hijo

Enfoque del tema

“los miedos son, como el amor y el dolor, necesarios en un proceso de aprendizaje... Katar de Jalab Atamatk-psicologa.

... y justamente como tal, los miedos son experiencias a las que estamos todos, como seres humanos, predestinados a vivir. Lo que ocurre es que estas experiencias toman matices distintos de acuerdo con el ambiente en que se vive. Del mismo modo en que los padres enseñan naturalmente muchas cosas a sus hijos y, una de ellas, es el miedo. Aunque para los padres esta enseñanza es apenas vista como una forma de protección para el hijo.

Los niños aprenden a tener miedo. Pero el miedo está relacionado a un comportamiento de otra persona. Si se hiere un niño eso es una sensación de dolor, pero si el niño cuando va a vivir una situación de riesgo y alguien le avisa con exaltación del peligro, el niño irá a pensar para tener miedo. Y eso es emoción. El miedo no es una experiencia directa del niño. El dolor sí. El dolor es un aprendizaje directo y por lo tanto el niño sabe exactamente lo que ocurrirá. El miedo es indirecto, por lo tanto no sabe lo que ocurrirá.

¿Qué hacer?

Como el miedo aparece porque hay alguien que lo enseña, desaparecerá cuando hay alguien que lo disuelva. Jamás una madre que tenga miedo del miedo de su hijo podrá ayudarlo a sentirse más seguro. Tendrá que estar segura primero de que continuar con ese miedo no le facilitará la vida, sino se la entorpecerá. Está claro que hay que tener miedo. Es necesario para sobrevivir y diferenciar la realidad de la fantasía.

Es necesario añadir que las diferencias para vivir los miedos siempre serán individuales y muy personales porque habrá niños que aún aprendiendo de situaciones reales con los miedos de sus padres sean más arriesgados que otros

y por lo tanto sean menos miedosos. Y a ellos no hay que potenciarles a tener miedo y sí enseñarles sus límites.

Otros tipos de miedo o temores solamente

Más que un simple miedo diría yo que podríamos llamar miedos que surgen con los cambios. Ahí lo que ocurre es que por reacción de una situación (cambio de escuela, casa, amigos, divorcio, etc.) que el niño haya tenido estable anteriormente, de pronto cambia sin previo aviso, sin que haya nadie que se haga mediador en la situación nueva. Como reacción natural de cualquier ser humano a lo nuevo entonces aparece el miedo. La edad que sea, de un niño a un adulto, la reacción es de inseguridad. Cuando hay cambios y no le explican el cambio, como todo está dado vuelta, pues la reacción más primordial es el miedo.

¿Cómo deshacer un miedo? ¿Se quita el miedo?

Sí. El miedo es como un "vecino raro" que se instala en la casa. Si es bien recibido seguramente se quedará. Es como un mago. Si le quitas la magia perderán su encanto y dejará de ser mago. Al miedo, como al "Señor de los anillos", hay que quitarle el poder. Y el poder siempre está por algo que desconocemos. La varita mágica es el desconocimiento. Por ello hay que explicar, de una forma lógica, lo que produce miedo al que lo siente. Es primordial para quien quiera disolver el miedo de un niño, quererlo, creerlo y estar convencido de que puede.

Existen distintos tipos de miedos en la infancia. Pero en todos casos, es más fácil explicar el miedo como si fuera un vecino, un mago, algo raro, pero colectivo, para que el niño se quede más centrado.

Formas de enfrentarlos

- 3 – 5 años. Contar un cuento inventando algo, un objeto más cercano y conocido por el niño, que sea como una varita mágica para dar seguridad. Ejemplo: en la historia de Dumbo; le dio seguridad saber "qué para volar solo tenía que llevar la pluma mágica". Así Dumbo perdió el miedo a volar.

6 – 7 años. Acompañar al niño en el miedo. Hacer sentir seguridad. Poner humos y/o juegos. Desmitificar. Ejemplos: juego con linterna en la oscuridad. Si el niño imagina la presencia de brujas o monstruos, en su habitación durante la noche, juegue con él durante el día, apagando las luces de la habitación y fingiendo ser un detective, o un pirata en busca del tesoro. Así, poco a poco su hijo se acostumbrará con la oscuridad.

8 – 10 años. A estas edades ya se puede explicar los miedos. Y dar autonomía al niño de cómo resolverlos. El niño tiene que implicarse. Sentirse implicado y quererlo. Sentir que su miedo o tiene sentido. Hay que inducir al niño a que encuentre una solución propia, que opine e invente una solución. Que este convencido de que su miedo tiene que acabar.

Aparte de todo eso, si después de intentar quitar los miedos de su hijo y ves que eso lo está perjudicando en sus estudios y su cotidianeidad, llevarlo a un especialista, y si aun después de una consulta a un especialista y descartado todo tipo de orientación por parte de la psicología, psiquiatría, pediatría, etc., es necesario considerar que existen personas más sensibles que otras. Y que se pueden ver influenciadas por emociones de otros o situaciones que estén en el ambiente de lo paranormal.

Hay que respetar a los miedos de los niños evitando frases como: “Eres tonto por tener miedo. No seas mentiroso. No te creo.” Un miedo siempre es verdad y real para el que lo tiene.

Algunos tips para padres de lo que NO se debe hacer

No ignorar los miedos de los niños

- ✓ **No asuste** a su hijo con historias de ogros, de fantasmas, de brujas, etc., principalmente antes de acostarle. Tienes que decirle que estos personajes solamente existen en los cuentos y películas.
- ✓ **No se ría** de los temores que su hijo expresa. Si ridiculiza o se burla de su miedo disminuirá su confianza. Frases como “No seas tonto, niños como tú no deben de tener miedo de eso”, o “No tienes vergüenza de tener estos miedos...”, no contribuirán para disminuir el temor que él siente. Al revés, le desanimará a compartir sus temores con usted.
- ✓ **No transmita** más miedo del que ya tiene. Él necesita tener seguridad y confianza. No ignore sus miedos; no le mienta. Por ejemplo, diciéndole que una inyección no le dolerá o algo parecido. Si miente sobre una situación de miedo le producirá más temor. Ayúdele a prepararse para enfrentar la situación con la verdad y con honestidad.
- ✓ **No obligue** a su hijo a pasar por situaciones que él teme. Los miedos no se superan enfrentándose a la situación de una vez por todas. En lugar de ayudar, algunas veces esto intensifica el miedo. Su hijo tiene el derecho de acostumbrarse poco a poco a la situación a la que le teme.
- ✓ **No transmita sus temores personales** hacia su hijo. Si usted tiene miedo a las arañas, su hijo puede sentirlo. La forma en que enfrenta sus propios miedos le da al niño un patrón a seguir para enfrentar situaciones similares.
- ✓ **No le llame cobarde o infantil** a su hijo si se muestra temeroso ante cualquier situación. No le ridiculice, eso no le ayudará en lo absoluto, le hará sentirse inseguro, necesitado de cariño, solitario y sin comprensión.
- ✓ **No le obligue** a afrontar el miedo en solitario. Este es un error tremendo, puede provocar aumento de ansiedad y contribuirá a alargar el miedo e incluso perpetuarlo; además el sentimiento de no ser capaz de afrontar la situación no le dejará sentirse orgulloso de sí mismo.
- ✓ **No ignore** los miedos de su hijo. Si así lo hace, el niño se sentirá perdido y solo; no encontrará la forma de enfrentarse al problema y percibirá de su parte desinterés, falta de cariño y atención.

Tema 1.3 El compromiso de ser padre: acto de voluntad.

Enfoque del tema

La mejor manera de contribuir al desarrollo sano y feliz de los hijos es ofrecerles un ambiente familiar seguro donde se les quiera y se estimule su desarrollo, su aprendizaje y su gusto por la vida.

Es mucho lo que se puede hacer para lograr que el tiempo de convivencia familiar ofrezca a los niños y jóvenes la tranquilidad necesaria para que comprendan el sentido de sus esfuerzos en la escuela y en la casa, para que los lleven a cabo con gusto y responsabilidad.

A la mayoría de los padres les preocupa lo que hacen sus hijos en el tiempo libre. Los niños deben aprender a aprovecharlo de manera constructiva para evitar en todo lo posible los riesgos, la vagancia, delincuencia, etc.

El tiempo libre no es un vacío, tiene sentido y valor en la medida en que no está determinado por la obligación, sino por el disfrute y los gustos personales. Para que las energías creativas de los niños y jóvenes no se desperdicien ni tomen formas destructivas, los padres deben ser sensibles y detectar los intereses de sus hijos para favorecer un clima propicio en el que puedan desarrollarse.

Es esencial compartir con ellos lo que les gusta. Los padres deben comunicar a sus hijos ideas sobre lo que consideran importante, bello o que está bien hecho.

Es necesario que ustedes transmitan sus emociones ante un objetivo, una situación, un pensamiento o cualquier estímulo que provoca su valoración.

Así enseñamos a apreciar lo que se considera bello, valioso o importante, como el orden de la casa, el trabajo, la manera de poner la mesa o de cultivar una planta,

la contemplación de paisajes y de obras de arte, el deporte, la familia, las amistades, la ayuda a los demás y todo lo que los padres consideran valioso.

En estos tiempos, se ha ido perdiendo el arte de la conversación en familia. Los padres deben intentar recuperarlo porque es sumamente formativo.

Cuenten a sus hijos sus propias experiencias, pues en los relatos de las vidas y episodios de padres, tíos, abuelos, maestros o personajes históricos, los niños se forman una idea de cómo puede vivir. Cuando se les platica como las personas han logrado salir adelante venciendo las dificultades mediante el estudio y el esfuerzo, se les ofrece un ejemplo que les sirve de orientación. Así adquieren elementos adicionales para dar sentido a sus propios esfuerzos.

Todos los seres humanos somos básicamente producto de lo que vivimos, sentimos y aprendimos dentro de nuestra familia, de la aceptación por parte de nuestro padre y nuestra madre, del trato que recibimos, de las oportunidades que tuvimos para divertirnos. Te has preguntado que características debe tener un padre. Ser padre para muchos representa implicaciones en muchos sentidos, en lo económico, en lo físico, en lo emocional y en lo social.

Cuando se deseamos tener un hijo y sentimos que debemos cuidarlo y amarlo estamos en la mejor posibilidad de darle el ambiente propicio para una vida sana, además de que podemos vivir y apreciar las satisfacciones que la paternidad nos brinda.

Cada vez más hombres descubren que en la paternidad se encuentra una fuente agradable de placer, compartiendo con sus hijos e hijas sus experiencias, sus alegrías y tristezas, jugando con ellos, ayudándolos a hacer sus tareas. Estos hombres desafían al mundo compartiendo su sensibilidad con sus hijos e hijas.

Ser padre es:

Una decisión que todos podemos tomar cuando ejercemos

Nuestra sexualidad de manera responsable.

La responsabilidad de dar a los niños o niñas lo necesario
Para que crezcan y desarrollen habilidades para enfrentar la vida.
Lograr que entre nosotros y nuestra pareja se establezcan
Acuerdos mutuos para compartir las responsabilidades.

Tema 1.4 Mis sentimientos y mis actitudes

Enfoque del tema

¿Podrías imaginar una vida sin emociones? Piensa por un momento vivir sin gozo, ira, pena, temor, miedo, felicidad, etc. Las emociones son importantes para nuestra existencia personal, sin ellas no podríamos ser nosotros mismos.

Las emociones carecen de moral, es decir no son buenas ni malas. Sentir enojo no es bueno ni malo, sólo es una emoción. Muchos investigadores han tratado de explicar qué es una emoción, sin embargo, entre más se trata de definir, más complejo se vuelve explicarlo. Sin embargo, sí se puede estar de acuerdo en que una emoción consta de tres reacciones.¹³⁰

- a) Reacción fisiológica (todo lo que ocurre y percibe nuestro cuerpo a través de nuestros sentidos, por eso, aunque parezcan sinónimos, el sentimiento y la emoción son cosas distintas. Ejemplo, puedo decir “siento miedo”, pero también puedo decir “siento frío”. Empleamos la palabra “Me siento...” para expresar una emoción. Hay quienes afirman que las emociones se identifican a través de las respuestas del organismo. Ejemplo: “siento miedo porque mis piernas y manos tiemblan”.
- b) Estados cognitivos subjetivos. Quiere decir, imaginemos que María y Toño se sienten enamorados, ¿cómo saber quién siente más amor?

¹³⁰ BAYRON, Robert A. *Psicología*. Prentice Hall. Pp. 419.

- c) Una emoción expresa una conducta que se manifiesta a través de actitudes, es decir de la forma en que voy a reaccionar ante un estímulo agradable o desagradable.

Cuando decimos que una emoción es amoral (ni buena, ni mala) es porque lo que sí se puede valorar es la reacción o la forma de manifestar mi emoción, a eso le llamaremos actitudes. Mi hijo no acreditó el año escolar, me siento tan molesta que cuando recibo la boleta lo bofeteo enfrente de sus amigos. Experimentar una emoción de enojo es parte de la naturaleza humana, pero no tener el control sobre lo que hago con mi enojo si tiene moral. ¿Cómo calificarías esta actitud?

Las actitudes pueden modificarse, la forma en que reacciono ante mis emociones puede cambiarse, es más, también puedo a través del cambio de pensamiento o de creencia cambiar mi emoción. Por ejemplo, cuando mi hijo tira el refresco sobre mi sillón, esto podría generar enojo y frustración en mí, pero cuando dejo de darle un valor importante al sillón, entonces mi sentimiento puede ser de despreocupación.

Continuamente estamos experimentando emociones, algunas las manifestamos, otras tratamos de ocultarlas. Si en la relación con nuestros hijos aprendiéramos a dialogar en sentimientos, nuestra comunicación se volverá más empática. Sin embargo, no basta con decir cómo me siento, sino tratar de hacer más descriptivas mis emociones, habiendo comparaciones que ayuden al otro a entender qué estoy experimentando o viceversa.

Controlar mis actitudes que fluyen de mis emociones es un reto constante, ya que en ocasiones no nos damos cuenta de nuestras reacciones y podemos dejar una huella desagradable en las personas que amamos.

“HOJA DE EMOCIONES”

La mayoría de los sentimientos caen en cuatro categorías básicas, estas son: alegría, tristeza, enojo y miedo. Algunas de las palabras que expresan sentimientos relacionados con esas categorías son:

ALEGRÍA	TRISTEZA	ENOJO	MIEDO
Abrumado	Angustiado	Disgustado	Agobiado
Animado	Apenado	Enojado	Alarmado
Agradecido	Arrepentido	Exasperado	Angustiado
Alegre	Avergonzado	Frustrado	Ansioso
Complacido	Deprimido	Furioso	Atemorizado
Confiado	Desanimado	Irritado	Aterrado
Confortado	Desesperado	Incómodo	Atormentado
Contento	Desilusionado	Molesto	Asustado
Despreocupado	Desmoralizado		Cohibido
Emocionado	Incomprendido		Confundido
Entusiasmado	Desolado		Desesperado
Esperanzado	Distante		Desorientado
Eufórico	Frustrado		Inseguro
Fascinado	Infeliz		Mortificado
Feliz	Solo		Preocupado
Gozoso	Triste		Temeroso
Ilusionado	Vacío		Tenso
Jubiloso			
Maravillado			
Pleno			
Radiante			
Relajado			
Satisfecho			
Sorprendido			
Seguro			
Tierno			

Tema 1.5 Mi auto-concepto y mi percepción ante la vida

Enfoque del tema

“El secreto de la existencia no consiste solamente en vivir, sino en saber para qué se vive” (Fiódor Mijailovich Dostoievski, autor de “Crimen y castigo”).

Difícilmente podríamos abordar este tema en una sola sesión, sin embargo, trataremos de dar una pequeña introducción al tema, con el objeto de detonar en el padre de familia un reconocimiento de su auto-concepto y cómo influye para y en la educación de su hijo.

Tales de Mileto, un sabio de la antigua Grecia, decía que una de las cosas más difíciles en la vida era conocerse a sí mismo. Para uno de los más grandes filósofos de la historia, Sócrates, su idea máxima era “conócete a ti mismo”, inscripción que figuraba en el templo de Apolo en Delfos y que Platón, otro filósofo, atribuía a los Siete Sabios de Grecia.¹³¹

Desde siempre las personas han intentado conocerse así mismas para conseguir una vida más plena y satisfactoria. Tener conciencia de uno mismo, conocer la propia identidad, las capacidades y las limitaciones personales son algunos factores que hacen que el ser humano se sienta bien consigo mismo.

¿Para qué es importante conocerse a uno mismo?

- a) Para afrontar continuos retos del entorno social, en constante transformación.
- b) Lograr la autorregulación y la plenitud.
- c) Madurar emocionalmente.
- d) Aceptarse a uno mismo.

¹³¹ Biblioteca Práctica de Comunicación. Autodominio. Océano. Pp.11-24

Esto no significa, sin embargo, que las personas que se conocen a sí mismas no duden, no sufran crisis de ansiedad o no atraviesen momentos de inestabilidad emocional. Lo que sucede es que disponen de más recursos para hallar respuestas, están más preparadas para resolver las dificultades que se les presentan.

EL CONCEPTO QUE UNO TIENE DE SÍ MISMO Y LA AUTOESTIMA

El auto-concepto (concepto que uno tiene de sí mismo) y la autoestima tienen un papel muy importante en la vida de las personas: todo lo que le ocurre a un ser humano, su forma de ser y de pensar, los éxitos, fracasos, la satisfacción, el bienestar, las relaciones familiares,..., todo, se ve influenciado por el auto-concepto. Poseer unos valores positivos del auto-concepto y la autoestima es de vital importancia para la vida personal, social y profesional.

“El auto-concepto y autoestima son dos términos que tienen que ver con la idea de sí mismo. El auto-concepto se entiende como las actitudes que tiene la persona frente a sí misma; a través de él, las personas perciben sus propias características y reacciones, y estas percepciones van a estar influenciadas por una serie de variables o factores externos a la propia persona, es decir, van a influir el medio y el prójimo, así como las percepciones del propio yo”¹³²

El conocimiento de sí mismo, también llamado auto-concepto, imagen de sí o autoimagen, consiste en el conocimiento que cada uno tiene de su propia persona. Se trata de una noción sobre las capacidades, limitaciones, aspiraciones, motivaciones y temores que se tienen. Es un concepto dinámico que engloba la autoestima y la autovaloración, por lo que a menudo estas palabras se utilizan indistintamente, aunque en la práctica sean aspectos diferentes pero estrechamente relacionados.

Existen diversas definiciones del auto-concepto, sin embargo, se puede señalar que la imagen que se tiene de uno mismo o la percepción de sus propias

¹³² MARTÍNEZ, Clares. 1996.

características y reacciones, está marcada por una serie de variables externas (influencia del medio) y del prójimo (percepciones externas) y el propio concepto (percepciones internas).

En el ámbito psicológico y de desarrollo humano, se configuran tres elementos del concepto que uno tiene de sí mismo:

- a) Componente cognitivo o creencia: es la autoimagen o representación mental que el sujeto tiene de sí mismo: Lo que se piensa de o lo que uno cree de sí mismo.
- b) Componente afectivo-emocional: hace referencia a la autoestima, es decir a la respuesta emocional o afectiva que se produce al asociar el componente cognitivo con el objeto sobre el que se va a actuar, dependiendo de si dicho objeto está relacionado con situaciones satisfactorias (placenteras) o no satisfactorias (no placenteras), la respuesta afectiva será distinta: Lo que la persona siente respecto a.
- c) Componente conductual, comportamental o connotativo: Hace referencia a la conducta o a la predisposición o intención de conducta que tendrá una persona frente al objeto sobre el que mantendrá una actitud: Lo que predispone a comportarse de una manera determinada.

El auto-concepto condiciona la conducta de forma tal que las personas que se ven a sí mismas de manera positiva, se comportan de un modo diferente a aquellas que se ven a sí mismas de manera negativa, e interpretan la realidad también de un modo distinto.

Es por ello, que la autoimagen que se tenga de sí mismo (positiva o negativa) afecta a quienes nos rodean, principalmente a nuestros hijos, quienes perciben nuestra forma de vernos a nosotros mismos.

Una de las mayores alegrías que podemos experimentar es tener libertad de ser nosotros mismos, sin tener que reproducir los sueños, comportamiento o actitudes de los padres, amigos o ídolos, cuando somos capaces de vivir en armonía con nuestra naturaleza y de ser verdaderos y espontáneos, nos

sentimos contentos, ligeros, satisfechos y nos manifestamos ante los demás de manera afectuosa y abierta.

Por eso un aspecto fundamental de la educación de sus hijos es guiarlos para que realicen y expresen lo que verdaderamente quieren, sin presiones, ni chantajes de ningún tipo.

Los padres tienen el privilegio de ser acompañantes de sus hijos en la conquista de su libertad y de sí mismos, su tarea es fortalecer su independencia, desarrollar su pensamiento y un juicio propio, fortalecer sus creencias, ideas, normas y valores para que en el futuro decidan por sí mismos el proyecto personal que dará sentido a su vida. Sus hijos tienen que reconocerse como unas personas valiosas, útiles, capaces de comprometerse consigo mismos.

Cada uno de nosotros tenemos una identidad, la identidad supone la percepción de que seguimos siendo la misma persona aunque se transformen nuestras emociones, apariencia, conducta o circunstancias.

Asumir una identidad, nos permite saber quiénes somos, hacia dónde nos dirigimos y qué queremos hacer con nuestra vida.

Me quiero y me acepto a mí mismo, evitando de esta forma la reproducción de modelos de comportamiento y por ende combatiendo algunos problemas. Recordemos que los hijos viven una contradicción inquietante entre el deseo de ser único y la necesidad de ser como los otros, ya que al mismo tiempo lucha por ser el mismo, para no ser copia de nadie y desde luego por no parecerse a ninguno de sus padres.

Los hijos observan a sus compañeros e imitan vestimentas, conductas, modas, vocabulario para diferenciarse de los adultos, los amigos actúan como reflejos en los que se ve y se conforma a sí mismo, sobre todo a “ese” (a) quién él considera exitoso. También pueden tomar modelos de comportamiento a adultos que admira, como; maestros, deportistas, artistas, escritores, etc..., ya que buscan en ellos cualidades que les gustaría tener y que consideran valiosas.

Los padres deben entender que esta exploración de los hijos es indispensable para consolidar su identidad. Este proceso puede ser motivo de conflictos y reclamos, pero también pueden ser una excelente oportunidad de aprendizaje ya que nos servirá para revisar con seriedad el concepto que hemos construido de nosotros mismos y la imagen que proyectamos a los demás, se requerirá madurez para distinguir entre la forma, quizás irrespetuosa y agresiva de los hijos y el fondo de verdad que existe en sus palabras, por lo cual es necesario propiciar momentos de comunicación para aclarar la posición en la que se encuentra y aceptar los errores. Esto propiciará el acercamiento con sus hijos evitando de esta manera la reproducción de malos modelos de comportamiento y un pobre auto-concepto.

Bloque 2. LA FAMILIA

Desde los primeros grupos familiares hasta la familia actual, el ser humano para realizar sus funciones vitales y subsistir descubrió las necesidades de creación y procreación complementándose ambos miembros de la pareja. La aparición de la familia fue esencial para la realización de funciones vitales, permitiendo un adelanto cualitativo en el desarrollo humano favoreciendo el aprendizaje, la creatividad y el amor.

Para Laing (1982) la familia es “un grupo de personas que viven juntos durante determinados periodos y se hayan vinculados entre sí por el matrimonio o el parentesco de sangre”.

Ackerman (1982) define la familia como “la unidad básica de desarrollo y experiencia, de realización y fracaso, de la enfermedad y la salud, que establece sus vínculos a través de una combinación de factores biológicos, psicológicos, sociales y económicos”

Asimismo se ha denominado a la familia como la estructura básica de la sociedad humana, el grupo primario en el cual el ser humano inicia su desarrollo.

La mejor manera de contribuir al desarrollo sano y feliz de los hijos es ofrecerles un ambiente familiar seguro donde se les quiera y se estimule su desarrollo, aprendizaje y su gusto por la vida.

Todos los seres humanos somos básicamente producto de lo que vivimos, sentimos y aprendimos dentro de nuestra familia, de la aceptación por parte de nuestro padre y nuestra madre, del trato que recibimos. Por tanto es importante que durante el proceso de divorcio, los padres reciban apoyo que les brinde las herramientas necesarias para no dejar de lado el compromiso que adquirieron al ser padres, muy independiente de la separación de pareja.

Existen muchas causas por las cuales los niños tienen bajo rendimiento académico, por lo cual es necesario averiguar los motivos que pueden ser desde institucionales, familiares, de aprendizaje o propios de la edad.

La familia es como una escuela porque a través de su organización y el desarrollo de sus funciones coloca a todos sus miembros en situaciones de aprender y de modificar continuamente sus formas humanas de comportamiento, por lo que es necesario reflexionar, cómo es que repercute esta en el éxito o fracaso escolar de los hijos.

Tema 2.1 Tipos de familia en la actualidad

Enfoque

Definición: (ciencias sociales) grupo social básico creado por vínculos de parentesco o matrimonio presente en todas las sociedades. Idealmente, la familia proporciona a sus miembros protección, compañía, seguridad y socialización. Su estructura y papel de la familia varían según la sociedad.

Tipos de familia en la actualidad

MATRIMONIO: El más popular y elegido.

UNIÓN LIBRE: No cuenta con mucha aprobación social; ofrece a sus miembros mayor libertad para diseñar sus funciones según lo consideren.

Estas dos condiciones están expuestas al DIVORCIO Y A LA SEPARACIÓN.

Existen familias:

COMPUESTAS: matrimonio de divorciados o viudos con hijos. Organización familiar más compleja (hijastros, antiguos cónyuges, familia política).

PADRE SOLO: la que los hijos viven sólo con el padre o la madre en situación de soltería, viudez o divorcio.

Enfoque del tema

Dinámica familiar que se desarrolla en la familia

AUTORITATIVO	MUCHO CONTROL / MUCHA CALIDEZ	Aceptan y alientan la progresiva autonomía de sus hijos. Comunicación abierta, reglas flexibles. Estos niños son los mejor ajustados con más confianza personal, autocontrol y socialmente competentes, mejor desempeño escolar y elevada autoestima.
AUTORITARIO	MUCHO CONTROL / POCA CALIDEZ	Dan órdenes y esperan ser obedecidos. Pobre comunicación, reglas inflexibles, permiten poca independencia; los niños son apartados, temerosos, irritables; las niñas tienden a ser más pasivas y dependientes en la adolescencia, los niños se vuelven rebeldes y agresivos.
PERMISIVO	POCO CONTROL / MUCHA CALIDEZ	Poca o ninguna restricción; amor incondicional. Comunicación del hijo a los padres; mucha libertad y poca conducción; no establecen límites, los niños tienden a ser agresivos y rebeldes, así como socialmente ineptos, auto indulgentes, impulsivos, en algunos casos, pueden ser activos, sociables y creativos.
INDIFERENTES	POCO CONTROL / MUCHA CALIDEZ	No hay límites y falta de afecto. Se concentran en las tensiones de su propia vida y nos les queda energía para sus hijos, si además son hostiles (como los padres negligentes), los niños tienden a mostrar muchos impulsos destructivos y conducta delictiva.

Si duda pueden existir innumerables tipos de familias pero lo que distingue una de la otra tiene que ver con la calidez paterna y el control que se ejercen en su interior. El primer concepto se refiere al grado de afecto y aprobación. Los padres son cálidos y acogedores, sonríen con frecuencia, elogian y alientan. Se empeñan en reprimir sus críticas, castigos y muestras de desaprobación. En contraste con los padres hostiles critican, castigan, ignoran y rara vez expresan afecto y aprobación. El control de los padres influye en la agresividad y la conducta social, al auto concepto, la internalización de valores morales y el desarrollo de la capacidad para socializar en el niño.

El control paterno tiene que ver con el hecho de qué tan restrictivos son los padres. Cuando lo son en demasía, coartan la libertad del niño para seguir sus propios impulsos y refuerzan de manera activa la obediencia a las reglas y verifican que se cumpla con sus obligaciones. En contraste los padres no restrictivos controlan menos, exigen menos y reprimen menos el comportamiento y la expresión de las emociones. Podemos hablar de cuatro categorías para describir el control paterno:

FAMILIA CONFLICTIVA

Los cuerpos y rostros de la gente manifiestan sufrimiento. Los cuerpos se vuelven rígidos y tensos o encorvados. Los rostros parecen ceñudos, tristes o indiferentes como con máscaras. Los ojos miran hacia el suelo. No hay muestras amistosas entre los miembros individuales, no existen demostraciones de alegría en la convivencia. La familia parece permanecer junta por obligación, algunos miembros tratan de tolerar a los demás. Los adultos están tan ocupados en decir a los hijos lo que deben y no deben hacer, de tal manera que no les permiten disfrutarse como personas.

FAMILIA NUTRICIA

Las personas reflejan en sus cuerpos vitalidad al estar relajadas. La gente mira a los demás, hay cierta fluidez y armonía en sus relaciones interpersonales; los niños, aun los más pequeños son abiertos y amistosos recibiendo un trato respetuoso por parte de los demás miembros. Las casas de estas familias tienden a ser luminosas y coloridas. Para que sean lugares habitables, están diseñados para brindar comodidad y placer. Las personas se sienten a gusto con el contacto físico y las manifestaciones de afecto, sin importar la edad. El amor y el afecto son demostrados al hablar abiertamente y escuchando con interés, lo cual se manifiesta en un sentimiento de unidad al interior. Los miembros tienen la libertad de comunicar lo que sienten. Pueden hablar de cualquier cosa: sus desencantos, temores, heridas, enfados y críticas, así como de sus alegrías y logros.

La familia les ofrece recursos para resolver los problemas de la vida cotidiana sin ser presas del pánico. Los padres suelen considerarse como guías habilitadores y no como jefes autoritarios.

FAMILIAS ESPECIALES

En la actualidad son muchos los niños a quienes educan adultos que no necesariamente son sus padres biológicos, las familias monoparentales entran en este rango. Un grave problema para las familias de un solo progenitor es que puede llegar a proyectar mensajes negativos sobre el progenitor faltante; debido a que los niños de una familia no mantienen una relación constante con el progenitor ausente, crecen con un modelo incompleto y esto puede generar dificultad para entablar relaciones futuras.

Tema 2.2 La comunicación asertiva en la familia

Enfoque

La asertividad es algo aprendido en la familia, son actividades que se adquieren ante situaciones cotidianas. Ya que las relaciones interpersonales son una importante fuente de satisfacción si existe una comunicación abierta y clara; pero si esta comunicación es confusa o agresiva, suele originar problemas. Poder comunicarse de manera abierta y clara es una habilidad que puede ser aprendida a través de un enfrentamiento. Uno de los componentes de la comunicación clara y abierta es la asertividad. La asertividad se refiere a defender los derechos propios expresando lo que se cree, piensa y siente de manera directa y clara y en un momento oportuno.

No se debe confundir la asertividad con la agresividad. La asertividad consiste en hacer valer los derechos propios diciendo de manera abierta y clara lo que uno piensa, quiere y siente, respetando a las otras personas. Ser asertivo implica la habilidad de saber decir “no” y “sí” de acuerdo con lo que realmente se quiere decir. “si quiero tener relaciones sexuales solo si usas condón” “no quiero probar la marihuana aunque ustedes lo hagan”.

La agresión se refiere a la expresión hostil, frecuentemente poco honesta, fuera de tiempo y con el objetivo de ganar o de dominar, haciendo que el otro pierda o se sienta mal. La conducta agresiva generalmente rompe la comunicación mientras que la asertiva la fomenta. Por otro lado está la pasividad que se refiere a dejar que los demás digan, o decidan por uno; implica falta de lucha, falta de control, mucha frustración e impotencia; produce coraje y obstaculiza el logro de metas.

La comunicación es un aspecto fundamental en la vida familiar, ya que no siempre nos es fácil escuchar y expresarnos.

La asertividad se define como “la habilidad de expresar nuestros deseos de una manera amable, franca, abierta, directa y adecuada, logrando expresar nuestros deseos sin atender contra los demás. Negociando con ellos su cumplimiento”. Está en el tercer vértice de un triángulo en el que los otros dos son la pasividad y la agresividad. Situados en el vértice de la pasividad evitamos decir o pedir lo que queremos o nos gusta y así dejamos de defender nuestros derechos y no conseguimos lo que queremos, en la agresividad lo hacemos de forma tan violenta que vulneramos los derechos de los otros y así nos descalificamos nosotros mismos. Con la conducta asertiva pretendemos defender nuestros derechos sin atender contra los demás.

Características de una persona asertiva

- ✓ La persona asertiva siente una gran libertad para manifestarse, para expresar lo que es, lo que piensa, lo que siente y quiere sin lastimar a los demás (es empático).
- ✓ Es capaz de comunicarse con facilidad y libertad con cualquier persona, sea ésta extraña o conocida y su comunicación se caracteriza por ser directa, abierta, franca y adecuada.
- ✓ En todas sus acciones y manifestaciones se respeta a sí misma y acepta sus limitaciones, tiene siempre su propio valor y desarrolla su autoestima; es decir, se aprecia y se quiere a sí misma, tal como es.
- ✓ Su vida tiene un enfoque activo, pues sabe lo que quiere y trabaja para conseguirlo, haciendo lo necesario para que las cosas sucedan, en vez de esperar pasivamente a que éstos sucedan por arte de magia. Es más proactivo que activo.
- ✓ Acepta o rechaza, de su mundo emocional, a las personas: con delicadeza, pero con firmeza, establece quiénes van a ser sus amigos y quiénes no.
- ✓ Se manifiesta emocionalmente libre para expresar sus sentimientos. Evita los dos extremos: por un lado la represión y por el otro la expresión agresiva y destructiva.

Las personas no asertivas carecen a menudo de la habilidad para dominar los componentes verbales y no verbales apropiados de la conducta y de aplicarlos conjuntamente, sin incongruencias.

Analicemos cada uno de los principales componentes no verbales que contiene todo mensaje que emitimos:

1. La mirada

Casi todas las interacciones de los seres humanos dependen de miradas recíprocas.

La cantidad y tipo de miradas comunican actitudes interpersonales, de tal forma que la conclusión más común que una persona extrae cuando alguien no lo mira a los ojos es que está nervioso y le falta confianza en si mismo.

Los sujetos asertivos miran más mientras hablan de los sujetos poco asertivos. De esto depende que la utilización asertiva de la mirada, como componente no verbal de la comunicación, implique una reciprocidad equilibrada entre el emisor y el receptor, variando la fijación de la mirada según se esté hablando (40%) o escuchando (75%).

2. La expresión facial

Juega varios papeles en la interacción social humana.

- Muestra el estado emocional de una persona, aunque ésta pueda tratar de ocultarlo.
- Proporciona una información continua sobre si está comprendiendo el mensaje, si está sorprendido, de acuerdo, en contra, etc., en relación con lo que se está diciendo.
- Indica actitudes hacia las otras personas.

La persona asertiva adoptará una expresión facial que esté de acuerdo con el mensaje que quiere transmitir. Es decir, no adoptará una expresión facial que sea contradictoria o no se adapte a lo que quiere decir. La persona no asertiva, por ejemplo, frecuentemente está “cociendo” por dentro cuando se le da una orden injusta; pero su expresión facial muestra amabilidad.

3. La postura corporal

Existen cuatro tipos de posturas:

- Postura de acercamiento: indica atención, que puede interpretarse de manera positiva (simpatía) o negativa (invasión) hacia el receptor.
- Postura de retirada: suele interpretarse como rechazo, repulsa o frialdad.
- Postura contraída: suele interpretarse como depresión, timidez y abatimiento físico o psíquico.

La persona asertiva adoptará generalmente una postura cercana y erecta, mirando de frente a la otra persona.

4. Los gestos

Son básicamente culturales. Las manos y, en un grado menor, la cabeza y los pies, pueden producir una amplia variedad de gestos que se usan bien para

amplificar y apoyar la actividad verbal o bien para contradecirla tratando de ocultar los verdaderos sentimientos.

Los gestos asertivos son movimientos desinhibidos. Sugieren franqueza, seguridad en uno mismo y espontaneidad por parte del que habla.

5. Componentes paralingüísticos

El área paralingüístico o vocal, hace referencia a “como” se transmite el mensaje; mientras que el área propiamente lingüística o habla, estudia “lo que” se dice. Las señales vocales paralingüísticas incluyen:

- Volumen: en una conversación asertiva, éste tiene que estar en consonancia con el mensaje que se quiere transmitir.
- Tono: el tono asertivo debe de ser uniforme, y bien modulado, sin intimidar a la otra persona; pero, basándose en una seguridad.

TABLA DE LOS DERECHOS ASERTIVOS PARA EL PADRE DE FAMILIA

1. El derecho a ser tratado con respeto.
2. El derecho a tener y expresar los propios sentimientos y opiniones.
3. el derecho a ser escuchado y tomado en serio.
4. el derecho a juzgar mis necesidades, establecer mis prioridades y tomar mis propias decisiones.
5. el derecho a decir “NO” sin sentir culpas.
6. el derecho a pedir lo que quiero, dándome cuenta que también mi interlocutor tiene derecho a decir “NO”.
7. Derecho a cambiar.
8. El derecho a cometer errores.
9. El derecho a pedir información y ser informado.
10. El derecho a obtener aquello por lo que pagué.
11. El derecho a decidir no ser asertivo.
12. El derecho a ser independiente.
13. El derecho a decidir qué hacer con mis propiedades, cuerpo, tiempo, etc., mientras no se violen los derechos de otras personas.
14. El derecho a tener éxito.
15. El derecho a gozar y disfrutar.
16. El derecho a mi descanso, asilamiento, siendo asertivo.
17. El derecho a superarme, aun superando a los demás.

Tema 2.3 Los valores en mi familia

Enfoque

¿Qué son los valores?

Son las cualidades de las personas por las cuales las admiramos, las respetamos o las imitamos.

Un valor es la creencia estable de que algo es bueno o malo; de que algo es preferible a su contrario. Estas creencias nunca van solas, sino que siempre están organizadas en nuestra mente de manera que forman escalas de preferencia relativa.

Los valores se clasifican en:

RELIGIOSOS: lo sagrado, lo profano, lo divino.	MATERIALES: el precio, la utilidad.
MORALES: prudencia, la justicia, el bien, la honestidad, la dignidad.	SOCIALES: la prosperidad, el prestigio, la fama.
INTELECTUALES: la verdad, la inteligencia, la sabiduría.	DE LO AGRADABLE Y LO SENSIBLE: se refiere a las sensaciones (placer, dolor).
ESTÉTICOS: la belleza, la gracia, el arte.	VITALES: salud y enfermedad.

Cualquier humano por su experiencia, su educación o su cultura, establece una jerarquía de valores en su vida determinando con ello lo que es más valioso para él, ejemplo:

Algunos prefieren el valor de la fama que el valor de la familia. Para otros, los valores religiosos son más importantes que la vida misma. Otros más, prefieren el valor del dinero que el del amor.

Los valores tienen características claras:

Son bipolares, quiere decir que siempre están acompañados de un antivalor, ejemplo: amor vs desamor u odio; bueno vs malo; honesto vs deshonesto; bello vs feo; digno vs indigno, etc.

Son subjetivos, cada persona establece su escala de valores a partir de su educación o experiencia: lo que es justo para mí, para otros es injusto.

Se relacionan con objetos o personas, que tienen valor en relación al valor mismo. La solidaridad no tiene valor sino tiene relación con las personas. Por ejemplo: un automóvil tiene el valor de ser caro o barato; una película es de buena o mala calidad; un hombre es honesto o deshonesto.

Son intangibles/abstractos, no podemos tocarlos, sin embargo reconocemos que existen.

Son universales, en todo el mundo se reconocen como valores: amor, solidaridad, generosidad, etc.; sin embargo, la percepción de los mismos puede cambiar de una sociedad a otra y de una persona a otra.

Se puede decir que existen valores morales que se reconocen en todo el mundo como: la libertad, justicia, solidaridad, honestidad, tolerancia, respeto y dignidad.

Este tipo de valores morales tienen las siguientes características:

- Dependen de la libertad humana, para que existan es necesario que los hombres decidan actuar con base en ellos.
- No se pueden atribuir a los animales, ni a las plantas, ni a los objetos inanimados. SOLO A LOS HOMBRES.
- Garantizan el bien común y la convivencia social.

“Es verdad que los valores que tenemos reflejan nuestra personalidad, pero también lo es que de nuestros valores son responsables, en gran medida, las instituciones en las que hemos vivido, la cultura en la que nos movemos y en toda su amplitud, la sociedad.

Importancia de los valores. Los valores son pautas y guías de nuestra conducta. Sólo el hombre es capaz de trascender del estímulo al sentido. Las personas nos interrogamos constantemente acerca del significado de nosotros mismos, de lo que hacemos y del mundo que nos rodea. Esto es un indicador de que las personas tenemos necesidad de encontrar un sentido, de obrar con un propósito claro, de saber a dónde nos encaminamos y por qué razón. Una escala de valores permite elegir entre caminos alternativos.

Un sistema de valores permite al hombre resolver los conflictos y tomar decisiones. La escala de valores será responsable en cada caso de los principios y reglas de conducta que se pongan en funcionamiento. La carencia de un sistema de valores bien definido deja al sujeto en la duda, a la vez que lo entrega en manos ajenas a su persona.

Los valores son la base de la autoestima. Se trata de un “sentimiento base” (McDougall), un sentimiento de respeto por uno mismo. Este sentimiento necesita, para mantenerse y verse reforzado, de un sistema de valores coherente. Sólo sé quién soy si sé lo que prefiero, si sé definir algunos objetivos de mi vida con cierta claridad. Y solamente sé lo que quiero si he asimilado algunos valores que me ayudan a entender, dar sentido y expresar mi relación con el mundo y con las cosas de manera integrada y me proporciona paz”¹³³

¹³³ AYALA, Jorge. *Valores y normas éticas*. Universidad de Zaragoza. Disp. En: www.bu.edu/wcp/Papers/Valu/VALuAyal.htm

Los valores son inseparables de ética. Esto es natural, porque todo lo relacionado en el hombre implica una dimensión ética. Por eso, educar en valores es una educación en libertad y para la libertad; ésta es la base de la ética. Así pues, no es suficiente conocer los valores, sino que hay que integrarlos en la propia vida. Este es el objetivo de la educación moral. El hombre es un ser ético y moral. Posee un conocimiento operativo de la diferencia objetiva entre el bien y el mal y también de la posibilidad que el hombre tiene de realizar actos buenos o malos. La bondad o maldad de un acto no depende de su realización física, sino de su relación a su propio fin y percepción. Un acto es bueno cuando se ordena al fin propio del hombre. La expresión del orden que regula los actos humanos es la ley.

Tema 2.4 el entorno familiar, clave para motivar a los hijos

Enfoque

LA SOCIALIZACIÓN

“La libertad no es una filosofía y ni siquiera es una idea: es un movimiento de la conciencia que nos lleva, en ciertos momentos, a pronunciar dos monosílabos: SÍ o NO. En su brevedad instantánea, como a la luz del relámpago, se dibuja el signo contradictoria de la naturaleza humana” (Octavio Paz, La otra voz).

La familia se define como un pequeño grupo de personas que comparten un hogar y una forma de ver el mundo. Las funciones idealizadas de la familia son proteger al niño, alimentarlo, cuidarlo, darle seguridad, confianza, cariño y nutrición amorosa; lo guía, lo enseña, lo estimula, lo educa. Así, la familia se encarga de velar por el crecimiento correcto de los hijos, de cubrir sus necesidades e incorporarlos a la sociedad como personas autónomas e independientes, es decir, la familia tiene la función de la socialización.

Con la socialización, la familia prepara a los hijos para enfrentar y ver la vida y el mundo; los niños y las niñas aprenden a entender los acontecimientos, a establecer relaciones con los demás y con todo lo aprendido en el seno familiar, se determinan las relaciones de poder, inequidad, las diferencias sociales, las formas de castigar o recompensar, lo que hace un hombre, lo que hace una mujer, la forma de solucionar conflictos, la definición de lo bueno y de lo malo, lo prohibido y lo aceptado, la expresión de sentimientos y emociones, frustraciones, miedos; se aprenden las reglas o la disciplina de la familia para luego incorporar las reglas de las demás instituciones y de la sociedad misma. Con la socialización se incorporan todos estos valores, mitos y estereotipos sociales que la sociedad y la cultura imponen y se determinan las formas de pensar y de comportarse de cada uno de los miembros de la familia.

En síntesis, en la familia también se aprende a establecer las relaciones de abuso de poder y las relaciones equitativas, a solucionar conflictos mediante la violencia o a dialogar y negociar, a someter y controlar a quienes somos “inferiores” –la mujer, el menor, el diferente, el más desprotegido- o a brindar un trato propicio para el desarrollo integral de sus miembros.

A la familia se le ha concebido como la máxima institución de formación de cada uno de los individuos y se le ha idealizado porque se cree que la armonía y el amor están ahí; sin embargo, la realidad muestra que en la familia hay también desamor y violencia; esta última queda como secreto familiar, sucede pero no se habla de ella, está presente pero no se busca ayuda, por el contrario, se oculta.

En la familia se requieren principios y valores que organicen la convivencia cotidiana, por la cual está disciplina familiar que tiene dos funciones: controlar y apoyar a los integrantes. El control es dirigir a los hijos presionándolos para que logren lo que los padres esperan de ellos; el apoyo es hacer sentir a los hijos que son aceptados y queridos.

Tema 2.5 ¿cómo es mi familia?

Enfoque

Creo que el mejor regalo que puedo recibir de alguien es que me vea, e escuche, que me entienda y que me toque. El mejor regalo que puedo dar es ver, escuchar, entender y tocar a otra persona. Cuando se ha hecho esto, siento que se ha establecido contacto. (En contacto íntimo. Cómo relacionarse uno mismo y con los demás. Satir Virginia. Ed. Nueva edición).

Sabemos que los periodos de infancia y pre-adolescencia son etapas donde se asientan muchos de los esquemas cognitivos y conductuales que nos identificarán en nuestra vida adulta, es así que la familia es la principal fuente de modelamiento de nuestros valores, creencias, actitudes y en líneas generales, condicionan en buena parte nuestro estilo de vida.

El niño desarrolla mucho de su percepción del mundo, con base en la concepción moral y sociocultural del entorno en que se desenvuelve, sin embargo la base proviene sin duda de las relaciones familiares, es por eso que se afirma que la familia es “la célula de la sociedad”.

Al hablar de la familia la definimos como “un conjunto de personas (consanguíneas o no) que cohabitan bajo un mismo espacio y en donde existe una unión e interacción afectiva entre ellos, regidas por determinadas normas jerárquicas”.

Para hablar de familia en la actualidad, hay que tomar en cuenta el hecho de que la familia como institución ha sufrido cambios en las últimas décadas. La familia tradicional dos padres, dos hijos, es cada vez menos común, al surgir un amplio margen de tipos de familias, como consecuencia del cambio de valores y estilos de vida. Hoy en día, puede esperarse que un buen número de niños pase su infancia viviendo en una familia monoparental, habitualmente con la madre, aunque se dan casos en que el padre asume los dos roles. Además, hoy en día el 60% de las mujeres con hijos trabajan.

El elevado índice de divorcios ocasiona que muchos miembros de la parejas vuelvan a casarse, produciendo familias combinadas que incluyen hijos de padres y madres diferentes. Puede también esperarse que los niños de hoy en día tengan padres mayores, pues muchas mujeres (sobre todo profesionales) esperan más tiempo para tener a su primer hijo.

Todos estos cambios influyen en el desarrollo evolutivo de los niños, y han sido motivo de innumerables estudios por los especialistas en el área.

En toda familia funciona lo que denominamos “binomio autoridad/afecto”, el primero es el control paternal, es decir, el grado en que el niño es controlado, supervisado, la cantidad de disciplina y reglamentación existente; el segundo es el afecto paternal, es decir, la cantidad y calidad del apoyo, afecto y comprensión que proporcionan los padres.

La combinación de estas dos dimensiones autoridad/afecto en forma adecuada constituirá una familia estructuralmente sana y funcional, con garantía de un buen desarrollo del proceso educativo; por el contrario, un desequilibrio en cualquiera de ambos componentes del binomio dará lugar a familias disfuncionales y desadaptativas. De la misma manera la combinación de la autoridad/afecto produce cuatro estilos generales de ser padres.

Los padres que tienen valores altos en cuanto al afecto y al control se conocen como padres democráticos. Estos padres tienden a tener cuidado de sus hijos y ser sensibles hacia ellos pero colocan unos límites claros y mantienen un entorno predecible. Este estilo de actuar de los padres es el que tiene los efectos más positivos en el desarrollo social del niño. Los hijos de estos padres son los más

curiosos, los que más confían en sí mismos y los que funcionan mejor en la escuela.

Los padres que tienen valores bajos en cuanto al afecto pero alto en cuanto al control se denominan autoritarios. Estos padres piden mucho de sus hijos, ejerciendo un fuerte control sobre su conducta y reforzando sus demandas con miedos y castigos. Sus hijos muestran cambios de humor, agresión y problemas de conducta. Los padres que tienen valores altos en cuanto al afecto pero bajos en control se denominan padres permisivos, estos padres son cariñosos y emocionalmente sensibles pero ponen pocos límites a la conducta. Sus hijos son con frecuencia impulsivos, inmaduros y descontrolados.

Finalmente, los padres que tienen valores bajos en ambas dimensiones se denominan padres indiferentes, estos padres ponen pocos límites a sus hijos pero también les proporcionan poca atención o apoyo emocional. Ese estilo independiente no fomenta el desarrollo social saludable, sus hijos suelen ser exigentes y desobedientes, les cuesta mucho participar en juegos e interacciones sociales, ya que no siguen reglas.

Parece pues, que el tipo de padre óptimo es el que proporciona afecto y autoridad. Es necesario que el niño se sienta amado y aceptado, pero también debe comprender las reglas de conducta, creencias y valores que los padres consideran que han de seguirse.

Ser padres implica por tanto una responsabilidad capital, sin embargo no siempre estamos consientes y claros de cómo debemos implementar el proceso educativo, se impone por tanto revisar nuestros estratos socio-morales, utilizar los conocimientos científicos, consultar los especialistas en el área y adoptar estrategias que nos permitan sacar adelante a nuestra familia.

Vivir con los cinco sentidos atentos al mundo. Lograr que nuestra percepción geste un pensamiento sobre lo que experimentamos o imaginamos y que todo en conjunto nos afecte, o sea, haga brotar en nosotros un sentimiento. Este es el proceso a través del cual podemos considerar que vivimos realmente.

Cuidar nuestra percepción básica (sentidos y pensamientos) es cuidar nuestros sentimientos, pues son éstos los que dan dignidad a nuestra existencia como seres humanos. El perdón, la alegría, la tristeza, el enojo, la compasión, entre otros, son los que nos convierten en seres trascendentales capaces de influir en la humanidad entera gracias a estos afectos.

¿Para qué cuidarlos? Para fomentar una vida más nuestra y sana. Para que el sentimiento una y no separe, construya y no destruya, evolucione y no degenera. Para vivir con la cabeza en alto y de pie, envueltos en la grandeza que se vive desde adentro y que sólo así se comparte de manera natural a través de su reflejo.

Somos nuestros pensamientos por lo cual si nos obsesionamos con algo, nos convertimos en ese algo dejando a un lado lo que verdaderamente somos: ¡DIVERSIDAD!¹³⁴

¹³⁴ HERNANDEZ, Eduardo. *“Como mejorar las relaciones familiares”* disp. En:www.tupediatria.com/mnyy/adaptacion-conductas/mnyy32.html

4.3 Programa Sintético

Taller “Padres en situación de Divorcio”	
<p>Objetivo general: Generar servicios y redes de apoyo mediante la elaboración de talleres , que permita al padre de familia involucrarse en los procesos de enseñanza-aprendizaje, formación y educación de los alumnos que presentan bajo aprovechamiento académico, problemas de aprendizaje, deserción escolar, maltrato al interior de las familias, en la escuela, déficit de atención dispersa, problemas de conducta o psicológicos.</p>	
<p>Objetivos específicos</p> <p>Bloque 1: El padre de familia reconocerá como influye la percepción de sí mismo en la educación y formación de su hijo a través de la revisión de sus creencias, miedos, sentimientos y su propio auto concepto.</p> <p>Bloque 2: El padre de familia evaluará cómo influye su dinámica familiar en el desarrollo y crecimiento de su hijo, examinando los valores, procesos de comunicación y estructura familiar en la que vive.</p>	
Contenidos temáticos generales	
<p>Bloque 1</p> <p>AUTOCONOCIMIENTO</p> <p>1.1 La reproducción de modelos de comportamiento.</p> <p>1.2 Mis miedos y los miedos de mi hijo.</p> <p>1.3 El compromiso de ser padre: acto de voluntad.</p> <p>1.4 Control y expresión de mis sentimientos</p> <p>1.5 Mi auto concepto y mi percepción de la vida.</p>	<p>Bloque 2</p> <p>LA FAMILIA</p> <p>2.1 Tipos de familia en la actualidad.</p> <p>2.2 La comunicación asertiva en la familia.</p> <p>2.3 Los valores en mi familia.</p> <p>2.4 El entorno familiar, clave para motivar a los hijos.</p> <p>2.5 ¿Cómo es mi familia?</p>

4.4 Cartas Descriptivas

Bloque 1. AUTOCONOCIMIENTO

Tema 1.1 La reproducción de modelos de comportamiento

Objetivo del tema: el padre de familia revisará cuáles son los modelos de comportamiento que adquirió durante su vida y cómo éstos, sobre todo los negativos, se reproducen en sus hijos para poderlos corregir.

ELEMENTOS	TIEMPO	RECURSOS	ACTIVIDADES
BIENVENIDA	10 min	<ul style="list-style-type: none">• Gafetes (etiquetas adheribles)• Marcadores• Dulces• Mesa• Lápices• Salón• Sillas	- Conforme vayan llegando los padres se les pide tomen una etiqueta para elaborar su gafete. Previamente los materiales deberán estar colocados en una mesa.
INTRODUCCIÓN	5 min	<ul style="list-style-type: none">• Reproductor de audio.• Seleccionar música para bailar. (cumbia, merengue, etc.)	-Para introducir a los participantes a las actividades y disminuir el nivel de estrés o ansiedad, se sigue iniciando con un baile. También puede emplearse una dinámica de rompehielos.

COMPONENTE COGNITIVO	30 min	Enfoque del tema (el facilitador debe leer previamente la información).	-Es recomendable elaborar un esquema en una hoja de rotafolio o una presentación en Powerpoint del enfoque. -El facilitador deberá iniciar con la siguiente pregunta y pedir de forma voluntaria se participe en plenaria. ➤ Te has preguntado ¿Qué características debe tener un padre o una madre de familia?
COMPONENTE VALORATIVO	20 min	Ejercicio 1 Cuestionario (ver anexo 1)	-Se les entrega el ejercicio 1. Cuestionario y se les pide que respondan con sinceridad. -Se forman parejas y se comparten las respuestas.
COMPONENTE CONDUCTUAL	20 min	Ejercicio 2. Lectura ¿Soy un buen padre o una buena madre? (ver anexo 2)	-Se dará lectura al texto ¿Soy un buen padre o una buena madre? -Se procederá al planteamiento en plenaria de las preguntas: ¿Qué características observo que tiene mi hijo de mí y que me gustan o bien, me disgustan? ¿Cuáles son los modelos de comportamiento que exagero o reproduzco en la educación con mi hijo?
COMPONENTE EMOCIONAL	15 min	<ul style="list-style-type: none"> • Reproductor de audio. • Seleccionar música de relajación para dar lectura al ejercicio 3. “El caballero de la armadura oxidada” (ver anexo 3) 	-Se reproducirá la música seleccionada en volumen bajo. -Se les inducirá a un estado de relajación, de preferencia con los ojos cerrados. -El facilitador dará lectura al texto “El caballero de la armadura oxidada” en donde se reflexionará sobre la búsqueda del verdadero yo y las carencias que hemos vivido para agradar a los demás y éstas se vuelven una armadura infranqueable para los seres a quienes más queremos. -Una vez concluida la lectura, se les pide que abran los ojos lentamente, que respiren y muevan sus músculos, una vez que están totalmente presentes, se inicia el cierre de la sesión.
COMPARTIR	20 min	<ul style="list-style-type: none"> • Reproductor de 	- El facilitador dará la pregunta para el compartir abierto.

ABIERTO Y CIERRE DE LA SESIÓN		audio. <ul style="list-style-type: none"> • Seleccionar la canción "Viviré" de Napoleón. 	¿QUÉ COMPORTAMIENTO ME HACE DAÑO Y LE HACE DAÑO A MI HIJO? -El facilitador dará el cierre colocando al grupo en círculo y les pedirá que todos canten la canción "Viviré". Les dará las gracias por su participación, invitándolos a la próxima sesión.
EVALUACIÓN	Observación y registro. (Cualitativo), Recuento (Oral), participación y productos de la sesión.		

Tema 1.2 Mis miedos y los miedos de mi hijo

Objetivo del tema: el padre de familia reconocerá que el miedo es una emoción necesaria en el aprendizaje pero sin embargo, cuando no se vence impide el crecimiento y desarrollo personal.

ELEMENTOS	TIEMPO	RECURSOS	ACTIVIDADES
BIENVENIDA	10 min	<ul style="list-style-type: none"> • Gafetes (etiquetas adheribles) • Marcadores • Dulces • Mesa • Lápices • Salón • Sillas 	- conforme vayan llegando los padres se les pide tomen una etiqueta para elaborar su gafete. Previamente los materiales deberán estar colocados en una mesa.
INTRODUCCIÓN	5 min	<ul style="list-style-type: none"> • Reproductor de audio. • Seleccionar música para bailar. (cumbia, merengue, etc.) 	-Para introducir a los participantes a las actividades y disminuir el nivel de estrés o ansiedad, se sugiere iniciar con un baile. También puede emplearse una dinámica de rompehielos.

COMPONENTE COGNITIVO	30 min	Enfoque del tema (el facilitador debe leer previamente la información).	<p>-Es recomendable elaborar un esquema en una hoja de rotafolio o una presentación en Powerpoint del enfoque.</p> <p>-en esta sesión, si el facilitador así lo desea, puede dar lectura en plenaria al enfoque.</p> <p>-El facilitador efectuará las siguientes preguntas y pedirá de forma voluntaria se participe en plenaria.</p> <p>➤ Te has preguntado ¿Qué es el miedo?, ¿Recuerdas alguno de los miedos que experimentaste en tu niñez y que actualmente continúes viviendo con él?</p>
COMPONENTE VALORATIVO	20 min	Ejercicio 1. Tabla de temores (ver anexo 4)	<p>-El facilitador pide a cada participante responder el ejercicio 1. Tabla de temores. (10 min)</p> <p>-una vez concluido el ejercicio, el facilitador divide al grupo en equipos y pide que compartan las respuestas que dieron al ejercicio 1 durante 10 min.</p>
COMPONENTE CONDUCTUAL	20 min	Ejercicio 2. (ver anexo 5) Sociodrama Hoja de rotafolio Marcador	<p>-Se les pide que permanezcan integrados en el mismo equipo, del ejercicio anterior.</p> <p>-Se les entrega el ejercicio 2. Sociodramas.</p> <p>-Se les pide a cada equipo represente un caso (5 min. para preparar el ejercicio)</p> <p>-Cada equipo contará con tres minutos como máximo para la representación.</p> <p>-Una vez que concluyó la exposición de cada equipo, se le pide al grupo detectar los miedos que se proyectaron en las representaciones. El facilitador en una hoja de rotafolio o pizarrón anotará los miedos que el grupo exponga (lluvia de ideas). Este es un ejercicio proyectivo, es importante que los participantes detecten que esos miedos que salieron a relucir en los sociodramas son sus propios miedos. Se les pide que observen las respuestas que dieron en el ejercicio 1. Tabla de temores.</p>

COMPONENTE EMOCIONAL	15 min	<ul style="list-style-type: none"> • Reproductor de audio. • Seleccionar música de relajación para dar lectura a la reflexión de vida de Facundo Cabral. (ver anexo 6) 	<p>-Se reproducirá la música seleccionada en volumen bajo.</p> <p>-el facilitador inducirá al grupo a un estado de relajación y les pedirá que conecten sus sentidos a la música de fondo y a su voz, porque dará lectura a la reflexión de Facundo Cabral, tratando de cuidar el volumen y matiz de sus palabras.</p>
COMPARTIR ABIERTO Y CIERRE DE LA SESIÓN	20 min	<ul style="list-style-type: none"> • Un pliego de cartulina blanca. • Pritt o pegamento blanco • Cuadritos de papel bond o fichas bibliográficas, repartir una por participante 	<p>- El facilitador dará la pregunta para el compartir abierto. ¿QUÉ MIEDO ME HA IMPEDIDO CRECER Y PROYECTO EN MI (S) HIJO(S)?</p> <p>-El facilitador dará el cierre solicitando que en una tarjeta escriban cómo podrían vencer el mayor de sus miedos o temores. Esta tarjetita deberán pegarla en una hoja de cartulina y colocarla durante todo el bloque en el salón de clases.</p> <p>-Se les pide a los padres de familia leer en casa la hoja “algunos tips para los padres”</p> <p>-al finalizar se les pide se den un fuerte abrazo.</p>
EVALUACIÓN	Observación y registro. (Cualitativo), Recuento (Oral), participación y productos de la sesión.		

Tema 1.3 El compromiso de ser padre: acto de voluntad.

Objetivo del tema: el padre de familia asimilará cómo el valor de la pertenencia y el compromiso de ser padre es un acto voluntario que se logra reconociendo primeramente sus necesidades y anhelos, para brindarles una mejor orientación a sus hijos.

ELEMENTOS	TIEMPO	RECURSOS	ACTIVIDADES
BIENVENIDA	10 min	<ul style="list-style-type: none"> • Gafetes (etiquetas adheribles) • Marcadores • Dulces • Mesa • Lápices • Salón • Sillas 	- conforme vayan llegando los padres se les pide tomen una etiqueta para elaborar su gafete. Previamente los materiales deberán estar colocados en una mesa.
INTRODUCCIÓN	5 min	<ul style="list-style-type: none"> • Reproductor de audio. • Pista musical “No basta” de Franco de Vita. • Letra de la canción 	-el facilitador les pedirá a los padres de Familia, escuchen la canción “No basta”, pueden cantarla siguiendo la letra de la canción que encontrarán en su cuadernillo.
COMPONENTE COGNITIVO	30 min	Enfoque del tema (el facilitador debe leer	-el facilitador les pedirá a los participantes formar equipos pequeños, de 4 a 6 personas como máximo y dar lectura a la reflexión 1.

		previamente la información). Reflexión 1. (ver anexo 7)	
COMPONENTE VALORATIVO	20 min	Ejercicio 1. Crisis entre padres e hijos. (ver anexo 8)	-una vez concluida la lectura, los participantes contestarán el ejercicio 1. Crisis entre padres e hijos. - el facilitador solicitará de forma voluntaria que dos o tres participantes compartan su respuesta, o bien, aquella que más les haya causado ruido, es decir, donde se identificaran una emoción o sentimiento.
COMPONENTE CONDUCTUAL	20 min	Ejercicio 2. Revisión de necesidades. (ver anexo 9)	-el facilitador les pedirá a los participantes contestar el ejercicio 2 para revisar si sus necesidades están cubiertas.
COMPONENTE EMOCIONAL	15 min	<ul style="list-style-type: none"> • Reproductor de audio. • Seleccionar música de relajación para dar lectura al texto “El canto del espíritu”. (ver anexo 10) 	-Se reproducirá la música seleccionada en volumen bajo. -el facilitador inducirá al grupo a un estado de relajación y les pedirá que conecten sus sentidos a la música de fondo y a su voz, porque dará lectura al texto “El canto del espíritu” tratando de dar matices a las palabras, como si quisiera que el mensaje fuera la voz de conciencia de quienes lo escuchan.
COMPARTIR ABIERTO Y CIERRE DE LA SESIÓN	20 min	<ul style="list-style-type: none"> • Reproductor de audio. • Pista musical “No basta” de Franco de Vita. 	- el facilitador dará la pregunta para el compartir abierto. ¿SI TUVIERÁS QUE ESCRIBIR UNA CANCIÓN PARA TU HIJO QUE LE DIRÍAS? -el facilitador dará el cierre solicitando que juntos, nuevamente canten el tema de la canción de inicio, “No basta”.

		<ul style="list-style-type: none"> • Letra de la canción del tema "No basta". 	
EVALUACIÓN	Observación y registro. (Cualitativo), Recuento (Oral), participación y productos de la sesión.		

Tema 1.4 Mis sentimientos y mis actitudes

Objetivo del tema: el padre de familia aprenderá a expresar sus emociones y a reconocer sus actitudes para mejorar su relación de comunicación con su hijo.

ELEMENTOS	TIEMPO	RECURSOS	ACTIVIDADES
BIENVENIDA	10 min	<ul style="list-style-type: none"> • Gafetes (etiquetas adheribles) • Marcadores • Dulces • Mesa • Lápices • Salón • Sillas 	- conforme vayan llegando los padres se les pide tomen una etiqueta para elaborar su gafete. Previamente los materiales deberán estar colocados en una mesa.
INTRODUCCIÓN	5 min	<ul style="list-style-type: none"> • Reproductor de audio. • Seleccionar música para bailar. (cumbia, merengue, etc.) 	-Para introducir a los participantes a las actividades y disminuir el nivel de estrés o ansiedad, se sugiere iniciar con un baile. También puede emplearse una dinámica de rompehielos.

COMPONENTE COGNITIVO	20 min	Enfoque del tema (el facilitador debe leer previamente la información). -hoja de emociones.	-Es recomendable elaborar un esquema en una hoja de rotafolio o una presentación en Powerpoint del enfoque. -el facilitador le preguntará al número de participantes que considere pertinente que describa con una palabra ¿cómo se siente el día de hoy? -el facilitador explicará al grupo brevemente que las emociones no tienen moral, es decir, no son buenas ni son malas. -posteriormente el facilitador le pedirá a cada participante lea la “Hoja de emociones” y que la tenga presente durante toda la sesión.
COMPONENTE VALORATIVO	20 min	Ejercicio 1. Comparando mis emociones. (ver anexo 11)	-Se les entrega el ejercicio 1. Comparando mis emociones y se les pide que lo realicen. -se forman parejas y se les pide compartir únicamente las respuestas que escribieron. (Es importante señalar el tiempo del que se dispone cada interlocutor para darle a conocer al otro sus respuestas).
COMPONENTE CONDUCTUAL	25 min	Ejercicio 2. La historia de Lorena. (ver anexo 12)	-el facilitador dará lectura al texto “La historia de Lorena” con la finalidad de que los padres encuentren la diferencia entre una emoción y una actitud. -posteriormente el facilitador, en plenaria, realizarán las siguientes preguntas: <ul style="list-style-type: none"> • ¿Alguno de ustedes ha vivido una historia similar? • ¿Cuáles son las emociones que experimenta Lorena ante esta situación? • ¿Qué hizo Lorena ante sus emociones? • ¿La actitud de Lorena fue correcta? • ¿Qué habrían hecho ustedes en el lugar de Lorena?
COMPONENTE EMOCIONAL	20 min	<ul style="list-style-type: none"> • Reproductor de audio. • Seleccionar música suave 	-Se reproducirá la música seleccionada en volumen bajo. -el facilitador guiará la visualización “Yo soy yo”

		para realizar la visualización “Yo soy yo” (ver anexo 13)	
COMPARTIR ABIERTO Y CIERRE DE LA SESIÓN	20 min	<ul style="list-style-type: none"> • Reproductor de audio. • Seleccionar música suave para que en este ambiente se realice toda la actividad. 	<ul style="list-style-type: none"> - El facilitador dará la pregunta para el compartir abierto. ¿QUÉ ACTITUDES AFECTAN LA RELACIÓN CON MI HIJO? - El facilitador dará el cierre solicitando que juntos nuevamente canten el tema de la canción “No basta”
EVALUACIÓN	Observación y registro. (Cualitativo), Recuento (Oral), participación y productos de la sesión.		

Tema 1.5 Mi auto-concepto y mi percepción ante la vida

Objetivo del tema: provocar en el padre de familia la búsqueda de su auto-concepto para así modificar o confirmar su percepción ante la vida y compartirla con sus hijos.

NOTA: es importante que para esta sesión el participante traiga una manzana.

ELEMENTOS	TIEMPO	RECURSOS	ACTIVIDADES
BIENVENIDA	10 min	<ul style="list-style-type: none"> • Gafetes (etiquetas adheribles) • Marcadores 	- conforme vayan llegando los padres se les pide tomen una etiqueta para elaborar su gafete. Previamente los materiales deberán estar colocados en una mesa.

		<ul style="list-style-type: none"> • Dulces • Mesa • Lápices • Salón • Sillas 	
INTRODUCCIÓN	5 min	<ul style="list-style-type: none"> • Reproductor de audio. • Seleccionar música para bailar. (cumbia, merengue, etc.) 	<p>-Para introducir a los participantes a las actividades y disminuir el nivel de estrés o ansiedad, se sigue iniciando con un baile.</p> <p>También puede emplearse una dinámica de rompehielos.</p>
COMPONENTE COGNITIVO Y VALORATIVO	40 min	<p>Enfoque del tema (el facilitador debe leer previamente la información).</p> <p>-Ejercicio 1. ¿Cómo soy? (ver anexo 14)</p> <p>-Texto: tipos de personalidad.</p>	<p>-Es recomendable elaborar un esquema en una hoja de rotafolio o una presentación en Powerpoint del enfoque.</p> <p>-El facilitador deberá iniciar con el Ejercicio 1. ¿Cómo soy? Se les da 10 min para realizarlo.</p> <p>-Posteriormente el facilitador pedirá que sumen por columna sus resultados.</p> <p>-una vez sumados pedirá que a un lado de cada resultado por columna anoten 1. Servicial, 2. Organizador, 3. Analista, 4. Espontáneo.</p> <p>-Una vez que cada participante ha obtenido su puntuación, el facilitador brindará lectura a la descripción de "Tipos de personalidad" con la finalidad de que cada participante identifique la autoimagen que tiene de sí mismo.</p>

COMPONENTE CONDUCTUAL	20 min	<p>-Ejercicio 2. ¿Cómo me ven los demás?</p> <p>-reproductor de audio.</p> <p>-seleccionar música suave. La música deberá mantenerse durante todo el ejercicio hasta el momento en que, en plenaria, se comparta la experiencia.</p>	<p>-Al terminar el ejercicio anterior, se les pide que se coloquen en pareja.</p> <p>-El facilitador dará la instrucción de seleccionar quién será A y quién será B en cada pareja.</p> <p>-Se solicita a los participantes ponerse de pie.</p> <p>-Cada pareja deberá quedar de frente mirándose a los ojos.</p> <p>-La persona que sea A, deberá cerrar los ojos.</p> <p>-La persona que sea B le dirá a A cómo cree que es (3min) mientras que la persona A este hablando, B no puede decir nada, solo escucha.</p> <p>-Una vez concluidos los tres minutos, se intercambian los papeles, ahora B le dirá a A lo que piensa de ella /el (3min).</p> <p>-Al finalizar el ejercicio, el facilitador les pedirá que compartan la experiencia, pidiendo que reflexionen si hubo coincidencias entre lo que los demás piensan de uno mismo y lo que yo creo que soy(12min).</p>
COMPONENTE EMOCIONAL Y COMPARTIR ABIERTO	40 min	<ul style="list-style-type: none"> • Reproductor de audio. • Seleccionar música suave para realizar la visualización “La manzana” (ver anexo 15) 	<p>-Se reproducirá la música seleccionada en volumen bajo.</p> <p>-el facilitador guiará la visualización “La manzana”</p>

CIERRE DE LA SESIÓN	10 min	<ul style="list-style-type: none"> Reproductor de audio. Seleccionar pista "Sueña" 	- El facilitador dará el cierre colocando al grupo en círculo y pondrá la canción "Sueña" y juntos la interpretarán. Les dará las gracias por su participación y les pedirá que se den mutuamente un abrazo. Para finalizar los invitará a la próxima sesión.
EVALUACIÓN	Observación y registro. (Cualitativo), Recuento (Oral), participación y productos de la sesión.		

Bloque 2. LA FAMILIA

Tema 2.1 Tipos de familia en la actualidad

Objetivo del tema: que el padre de familia reconozca que en la actualidad existen diversas estructuras familiares pero que en cualquiera de ellas se pueden generar ambientes y dinámicas familiares que proporcionen estabilidad emocional.

ELEMENTOS	TIEMPO	RECURSOS	ACTIVIDADES
BIENVENIDA	10 min	<ul style="list-style-type: none"> Gafetes (etiquetas adheribles) Marcadores Dulces Mesa Lápices Salón Sillas 	- conforme vayan llegando los padres se les pide tomen una etiqueta para elaborar su gafete. Previamente los materiales deberán estar colocados en una mesa.
INTRODUCCIÓN	5 min	<ul style="list-style-type: none"> Reproductor de audio. 	-Para introducir a los participantes a las actividades y disminuir el nivel de estrés o ansiedad, se sigue iniciando con un baile.

		<ul style="list-style-type: none"> • Seleccionar música para bailar. (cumbia, merengue, etc.) 	También puede emplearse una dinámica de rompehielos.
COMPONENTE COGNITIVO	30 min	Enfoque del tema (el facilitador debe leer previamente la información).	<p>-Es recomendable elaborar un esquema en una hoja de rotafolio o una presentación en Powerpoint del enfoque.</p> <p>-El facilitador con apoyo de algún miembro del grupo dará inicio a la lectura del cuento “La gallina y los patitos”.</p> <p>-El facilitador planteará al grupo las siguientes preguntas:</p>
COMPONENTE CONDUCTUAL	20 min	Ejercicio 1 Cuento “La gallina y los patitos” (ver anexo 16)	<p>¿Cuál consideras que es el mensaje?</p> <p>¿Planeaste tu familia?</p> <p>¿En qué momento empezaste a ejercer tu rol de padre y madre?</p> <p>-Este punto se termina con una reflexión sobre el cuento y la discusión de las respuestas a las preguntas planteadas anteriormente.</p>
COMPONENTE VALORATIVO	25 min	Ejercicio 2. Cuestionario. ((ver anexo 17) Hojas de rotafolio Marcadores	<p>-El facilitador deberá tener a la vista en una hoja de rotafolio el cuadro que se encuentra en el enfoque denominado DINÁMICAS FAMILIARES.</p> <p>-El facilitador explicará brevemente la información del enfoque con el objeto de poder realizar el ejercicio 2. Cuestionario.</p> <p>-Los participantes realizarán el ejercicio 2. No es para compartir, simplemente para su introspección personal.</p> <p>-Una vez concluido el cuestionario se les pide lo guarden.</p>
COMPONENTE EMOCIONAL	20 min	<ul style="list-style-type: none"> • Texto para la visualización “La silla vacía”. (ver anexo 18) 	-Se realizara la visualización de “La silla vacía” en donde se propondrá que perdonen a las personas de su familia que consideran que en algún momento les han hecho daño y que debido a ese resentimiento no han podido tener una vida plena.

		<ul style="list-style-type: none"> • Reproductor de audio. • Seleccionar música de relajación. 	
CIERRE DE LA SESIÓN	10 min		<p>- El facilitador preguntará a los padres ¿cómo se sienten? Y ¿de qué se dieron cuenta?</p> <p>-el facilitador dará el cierre colocando al grupo en círculo y con una música suave dará las gracias por su participación y les pedirá que se den mutuamente un abrazo. Para finalizar los invitará a la próxima sesión.</p>
EVALUACIÓN	Observación y registro. (Cualitativo), Recuento (Oral), participación y productos de la sesión.		

Tema 2.2 La comunicación asertiva en la familia

Objetivo del tema: Que el padre de familia reconozca la importancia afectiva para fortalecer la confianza dentro del núcleo familiar.

ELEMENTOS	TIEMPO	RECURSOS	ACTIVIDADES
BIENVENIDA	10 min	<ul style="list-style-type: none"> • Gafetes (etiquetas adheribles) • Marcadores • Dulces • Mesa • Lápices • Salón • Sillas 	<p>- conforme vayan llegando los padres se les pide tomen una etiqueta para elaborar su gafete. Previamente los materiales deberán estar colocados en una mesa.</p>

INTRODUCCIÓN	5 min	<ul style="list-style-type: none"> • Reproductor de audio. • Seleccionar música para bailar. (cumbia, merengue, etc.) 	<p>-Para introducir a los participantes a las actividades y disminuir el nivel de estrés o ansiedad, se sugiere iniciar con un baile.</p> <p>También puede emplearse una dinámica de rompehielos.</p>
COMPONENTE COGNITIVO	35 min	<p>Enfoque del tema (el facilitador debe leer previamente la información).</p> <p>Hoja de rotafolio o pizarrón.</p> <p>Marcador o gis.</p> <p>Ejercicio 1. Cuestionario. (ver anexo 19)</p>	<p>-Es recomendable elaborar un esquema en una hoja de rotafolio o una presentación en Powerpoint del enfoque.</p> <p>-El facilitador guiará al grupo para que mediante la técnica de lluvia de ideas definirán el concepto de comunicación y asertividad. Es importante que se vayan anotando en el pizarrón las ideas que surjan de la actividad. (10 min)</p> <p>-El facilitador explicará que la comunicación es un aspecto fundamental en la vida familiar, ya que no siempre nos es fácil escuchar o expresarnos.</p> <p>-Posteriormente les pedirá que contesten el ejercicio 1. Cuestionario (10min)</p>
COMPONENTE CONDUCTUAL	15 min	<p>Ejercicio 2. Cuestionario (ver anexo 20)</p>	<p>-El facilitador les pedirá que contesten las preguntas del ejercicio 2. Cuestionario para detectar su conducta asertiva.</p> <p>-El facilitador les comenta los resultados del test, es importante señalar que esto no quiere decir que no pueden ser asertivos, sino que observen cuáles deberían de ser las conductas asertivas</p> <p>a) 5 respuestas en b: habilidad alta</p> <p>b) 3 a 4 respuestas de b: habilidad media</p> <p>c) 0 a 2 respuestas en b: habilidad baja</p> <p>Se pueden comentar los resultados y si existen dudas, el facilitador puede aclarar que es una conducta asertiva</p>
COMPONENTE VALORATIVO	25 min	<p>Ejercicio 3. Cuestionario. (ver anexo 21)</p> <p>Hojas de rotafolio</p>	<p>-Nuevamente el facilitador proporcionará a los participantes la instrucción de contestar CIERTO o FALSO según sea el caso de las preguntas del ejercicio 3. Cuestionario.</p>

		Marcadores	-El facilitador explicará que de acuerdo a nuestras creencias y valores manejamos nuestra habilidad para ser asertivos, así como también los padres son responsables de enseñar a sus hijos a comunicarse asertivamente dentro y fuera de la familia. En el ejercicio 3, todas las respuestas deben ser FALSAS, en el caso de que algún participante haya puesto CIERTO a alguna de las preguntas, es importante escuchar su opinión. Recuerde respetar la forma de pensar de quien comparte.
COMPONENTE EMOCIONAL	20 min	<ul style="list-style-type: none"> • Texto para la visualización. (ver anexo 22) • Reproductor de audio. • Seleccionar música de relajación. 	-El facilitador guiará la visualización de los participantes.
COMPARTIR ABIERTO Y CIERRE DE LA SESIÓN	10 min	<ul style="list-style-type: none"> • Reproductor de audio. • Seleccionar la canción "Sueña" de Luis Miguel 	<p>- El facilitador preguntará a los padres ¿qué estoy dispuesto a hacer hoy para mejorar una comunicación asertiva con mi hijo?</p> <p>-El facilitador dará el cierre colocando al grupo en círculo y juntos, tomados de la mano interpretarán la canción "Sueña". Se les dará las gracias por su participación y se les pedirá que se den mutuamente un abrazo. Para finalizar los invitará a la próxima sesión.</p>
EVALUACIÓN	Observación y registro. (Cualitativo), Recuento (Oral), participación y productos de la sesión.		

Tema 2.3 Valores y normas en mi familia

Objetivo del tema: el padre de familia reafirmará los valores que son prioritarios en su forma de ser y con respecto a las expectativas de su familia.

ELEMENTOS	TIEMPO	RECURSOS	ACTIVIDADES
BIENVENIDA	5 min	<ul style="list-style-type: none"> • Gafetes (etiquetas adheribles) • Marcadores • Dulces • Mesa • Lápices • Salón • Sillas 	- conforme vayan llegando los padres se les pide tomen una etiqueta para elaborar su gafete. Previamente los materiales deberán estar colocados en una mesa.
INTRODUCCIÓN	5 min	<ul style="list-style-type: none"> • Reproductor de audio. • Seleccionar música para bailar. (cumbia, merengue) 	-Para introducir a los participantes a las actividades y disminuir el nivel de estrés o ansiedad, se sugiere iniciar con un baile. También puede emplearse una dinámica de rompehielos.
COMPONENTE COGNITIVO	20 min	<p>Ejercicio 1. ¿Qué es un valor?(ver anexo 23)</p> <p>Enfoque del tema (el facilitador debe leer previamente la información).</p>	<p>-Es recomendable elaborar un esquema en una hoja de rotafolio o una presentación en Powerpoint del enfoque.</p> <p>-El facilitador le pedirá a los participantes contestar el ejercicio 1. ¿Qué es un valor?</p> <p>-Posteriormente, pedirá que de forma voluntaria, en plenaria, comenten su respuesta y el porqué de su elección.</p> <p>-El facilitador dará lectura al enfoque.</p>

<p>COMPONENTE VALORATIVO Y CONDUCTUAL</p>	<p>50 min</p>		<p>-Dependiendo del número de participantes, el facilitador solicita se sienten en medio del salón, ya sea en sus sillas o bien sobre el piso, en una formación que parezca que van en una balsa o en un bote salvavidas.</p> <p>-El facilitador trata de ambientar el lugar y pide que se imaginen se encuentran en un crucero por el Atlántico, que una seria tormenta se ha presentado y que su barco ha sido alcanzado por los rayos y que todos tienen que subirse a un bote salvavidas. Explica que el principal problema que existe es ese momento es que el bote tiene comida y espacio para suficiente sólo para la mitad del grupo y que el resto tiene que sacrificarse para salvar al resto.</p> <p>-Les informa que la decisión deberá tomarla el mismo grupo: cada participante va a “abogar por su caso”, dando razones del porqué debe vivir y luego el grupo decidirá quién abordará el bote.</p> <p>-el facilitador notificará que tienen 40 min. para tomar su decisión. Al finalizar el tiempo, el bote salvavidas se hundirá si aún están todas las personas en él.</p> <p>-En el momento en que el facilitador de todas las instrucciones al grupo, debe colocar visiblemente un reloj en el momento en que corre el tiempo para que sus participantes vayan resolviendo y tomando sus decisiones a tiempo. (si no se cuenta con un reloj, el facilitador deberá cada 5 min. indicar el tiempo que resta).</p> <p>-Al finalizar el tiempo, el facilitador induce al grupo a discutir el proceso y los sentimientos que han surgido durante la actividad. Ya que la experiencia es fuerte, se debe permitir tener tiempo suficiente para que la tarea se haya cumplido con éxito.</p>
<p>COMPONENTE EMOCIONAL</p>	<p>20 min</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Reproductor de audio. • Seleccionar música de 	<p>-Una vez concluido el ejercicio anterior, el facilitador guiará la visualización del naufragio.</p>

		relajación para la visualización. (ver anexo 24)	
COMPARTIR ABIERTO Y CIERRE DE LA SESIÓN	20 min	<ul style="list-style-type: none"> Reproductor de audio. Seleccionar la canción de Mijares. 	<p>-El facilitador les pedirá a los participantes exponer ¿De qué se dieron cuenta en esta sesión? (10 min)</p> <p>-Al finalizar, los participantes formarán un círculo y cantarán la canción de Mijares o bien, alguna otra que tenga relación con el tema de la sesión.</p>
EVALUACIÓN	Observación y registro. (Cualitativo), Recuento (Oral), participación y productos de la sesión.		

Tema 2.4 El entorno familiar, clave para motivar a los hijos.

Objetivo del tema: el padre de familia reflexionará acerca del entorno familiar en que vive(n) su(s) hijo (os) y si éste está basado en los principios de autonomía y libertad.

ELEMENTOS	TIEMPO	RECURSOS	ACTIVIDADES
BIENVENIDA	10 min	<ul style="list-style-type: none"> Gafetes (etiquetas adheribles) Marcadores Dulces Mesa Lápices Salón Sillas 	- conforme vayan llegando los padres se les pide tomen una etiqueta para elaborar su gafete. Previamente los materiales deberán estar colocados en una mesa.
INTRODUCCIÓN	5 min	<ul style="list-style-type: none"> Reproductor de audio. 	-Para introducir a los participantes a las actividades y disminuir el nivel de estrés o ansiedad, se sigue iniciando con un baile.

		<ul style="list-style-type: none"> • Seleccionar música para bailar. (cumbia, merengue, etc.) 	También puede emplearse una dinámica de rompehielos.
COMPONENTE COGNITIVO	25 min	<p>Enfoque del tema (el facilitador debe leer previamente la información).</p> <p>Ejercicio 1. “La socialización” (ver anexo 25)</p>	<p>-Es recomendable elaborar un esquema en una hoja de rotafolio o una presentación en Powerpoint del enfoque.</p> <p>-El facilitador le pedirá a los participantes que formen equipos de tres personas.</p> <p>-Posteriormente, pedirá que lean la lectura “La socialización” del ejercicio 1. (5min)</p> <p>-una vez concluida la lectura deberán contestar la pregunta que acompaña a esta lectura de forma individual: ¿Qué opina de la lectura? (5min).</p> <p>-En equipo comentaran sus respuestas (15min)</p>
COMPONENTE VALORATIVO	10 min	<ul style="list-style-type: none"> • Ejercicio 2. “camino hacia la libertad y la autonomía” (ver anexo 26) 	<p>- El facilitador les pedirá a los participantes contesten el Ejercicio 2. “camino hacia la libertad y la autonomía”.</p>
COMPONENTE CONDUCTUAL	35 min	<ul style="list-style-type: none"> • Ejercicio 3. Cuestionario. (ver anexo 27) • Texto “La autonomía como finalidad de la educación” (ver anexo 28) 	<p>-El facilitador pedirá a cada participante realice el ejercicio 3. Cuestionario (10 min).</p> <p>-Una vez que los participantes hayan concluido el ejercicio 3. El facilitador pedirá que se integren en equipos de tres.</p> <p>-Posteriormente el facilitador les pedirá a cada equipo que lean el texto “La autonomía como finalidad de la educación” (10min)</p> <p>-Una vez concluida la lectura, se les pedirá que comenten en pareja de qué se dieron cuenta con respecto a las respuestas del ejercicio 3. (15min). Se puede propiciar el diálogo con la siguiente pregunta: ¿estoy educando a mi hijo para ser una persona autónoma y libre?</p>

COMPONENTE EMOCIONAL	25 min	<ul style="list-style-type: none"> • Reproductor de audio. • Seleccionar música suave para llevar a cabo la lectura del texto “Carta a mi hijo”. (ver anexo 29) Durante todo el ejercicio es importante mantener música de fondo. • Hojas blancas para que elaboren su propia carta y sobres. 	<p>-El facilitador dará lectura al texto “carta a mi hijo”</p> <p>-Una vez concluida la lectura, se le pedirá a cada participante escribirle una carta al hijo por el cual están ahí. Si tiene más de uno que elijan a quien quieren dedicar su carta.</p> <p>-El facilitador puede también realizar su carta en el caso de tener hijos.</p>
COMPARTIR ABIERTO Y CIERRE DE LA SESIÓN	10 min	<ul style="list-style-type: none"> • Reproductor de audio. • Seleccionar la canción “El breve espacio” de Pablo Milanes o “El privilegio de amarte” de Mijares o alguna otra que aborde el tema. 	<p>-El facilitador pedirá que de forma voluntaria dos personas compartan su carta. Esta actividad es conmovedora, por ello es importante estar siempre cerca de quien vaya a leer, para en un momento dado brindarle apoyo.</p> <p>-El facilitador dará el cierre colocando al grupo en círculo y juntos, tomados de la mano interpretarán la canción que seleccionaron. Se les dará las gracias por su participación y se les pedirá que se den mutuamente un abrazo. Para finalizar los invitará a la próxima sesión.</p>
EVALUACIÓN	Observación y registro. (Cualitativo), Recuento (Oral), participación y productos de la sesión.		

Tema 2.5 ¿Cómo es mi familia?

Objetivo del tema: el padre de familia reflexionará acerca de los vínculos y relaciones que se establecen en su propia familia.

ELEMENTOS	TIEMPO	RECURSOS	ACTIVIDADES
BIENVENIDA	10 min	<ul style="list-style-type: none"> • Gafetes (etiquetas adheribles) • Marcadores • Dulces • Mesa • Lápices • Salón • Sillas 	- conforme vayan llegando los padres se les pide tomen una etiqueta para elaborar su gafete. Previamente los materiales deberán estar colocados en una mesa.
INTRODUCCIÓN	5 min	<ul style="list-style-type: none"> • Reproductor de audio. • Seleccionar música para bailar. (cumbia, merengue, etc.) 	-Para introducir a los participantes a las actividades y disminuir el nivel de estrés o ansiedad, se sigue iniciando con un baile. También puede emplearse una dinámica de rompehielos.
COMPONENTE COGNITIVO	20 min	<p>Enfoque del tema (el facilitador debe leer previamente la información). Ejercicio 1. “La fotografía” (ver anexo 30)</p>	-Es recomendable elaborar un esquema en una hoja de rotafolio o una presentación en Powerpoint del enfoque. -El facilitador pedirá a cada participante elaboren un retrato de su familia. Ejercicio 1. Fotografía (10min). -Posteriormente, el facilitador dará lectura al enfoque, puede solicitar que algún miembro del grupo lo ayude.

COMPONENTE VALORATIVO	20 min	<ul style="list-style-type: none"> Ejercicio 1. Fotografía 	<p>-El facilitador distribuirá al grupo en equipos de tres personas.</p> <p>-Posteriormente, el facilitador les pide que coloquen, en orden ascendente, el número 1, con quien más se sienten identificados; el 2 para quien menos y así sucesivamente. Ejemplo; si mi relación y mi empatía se siente más identificada con mi esposo, coloco el número 1; luego le sigue mi hija menor, el número 2; después con mi hijo mayor, el 3 y así sucesivamente. (5min)</p> <p>-El número deberán colocarlo en la frente del rostro que dibujaron.</p> <p>-Luego, el facilitador pedirá que muestren su dibujo a sus compañeros de equipo y expliquen el contexto de su fotografía dando a conocer quiénes son y cómo es su relación afectiva con cada uno de los personajes que dibujaron. (15min)</p>
COMPONENTE CONDUCTUAL	15 min	<ul style="list-style-type: none"> Ejercicio 2. Cuestionario. “Evaluando mis relaciones familiares” (ver anexo 31) 	<p>-El facilitador solicita que cada participante responda al ejercicio 2. Cuestionario “Evaluando mis relaciones familiares”.</p>
COMPONENTE EMOCIONAL	35 min	<ul style="list-style-type: none"> Reproductor de audio. Seleccionar música de fondo para la dinámica vivencial. Se sugiere utilizar la canción de “Cantares” de Joan Manuel Serrat o Nicho 	<p>-El facilitador solicita cinco voluntarios.</p> <p>-Estos deben colocarse, sentados en una silla, en el centro del salón.</p> <p>-El resto del grupo formará un círculo alrededor de ellos.</p> <p>-El facilitador vendará los ojos de estos cinco participantes.</p> <p>-El facilitador pondrá la pista que haya seleccionado, en volumen bajo.</p> <p>-Posteriormente, cada participante pasará con cada uno de los cinco que se encuentran en el centro y le dirá al oído un mensaje positivo brindándole al mismo tiempo una caricia, un abrazo, un beso en la mejilla o en la frente. Por ejemplo, Juan pasa y le dice a la persona 1 que es muy especial y que tiene una linda sonrisa y al mismo tiempo le da un beso en la frente.</p> <p>-El ejercicio termina cuando todos los miembros del círculo hayan pasado. La música</p>

		Hinojosa; “Cuánto gane, cuánto perdí” de Pablo Milanes, “Vive” de Napoleón o “el privilegio de amarte” de Mijares.	debe mantenerse siempre. El orden en que vayan pasando no importa, lo importante es que todos realicen el ejercicio.
COMPARTIR ABIERTO Y CIERRE DE LA SESIÓN	15 min		-El facilitador preguntará a los padres ¿De qué se dieron cuenta en esta sesión para mejorar su relación familiar, particularmente la relación con su (s) hijo (s)? -El facilitador dará el cierre colocando al grupo en círculo y juntos, tomados de la mano interpretarán la canción que seleccionaron. Se les dará las gracias por su participación y se les pedirá que se den mutuamente un abrazo. Para finalizar los invitará a la próxima sesión.
EVALUACIÓN	Observación y registro. (Cualitativo), Recuento (Oral), participación y productos de la sesión.		

Las relaciones afectivas que mantenemos con personas allegadas como nuestra pareja, amigos íntimos, padres o hermanos se diferencian de las que mantenemos con compañeros de trabajo o vecinos por el sentimiento de cercanía, de confianza mutua y lo mucho que significan para nosotros. La construcción de un vínculo adecuado implica expresar abiertamente el afecto que sentimos, hacer sentir a la persona querida y aceptada tanto por las cualidades que nos gustan de ella, como por las que no. Conlleva crear espacios de intimidad, dedicar tiempo e implicarnos activamente en conseguir el bienestar del otro, escucharnos, abrazarnos.

Las principales figuras vinculares para los niños y las niñas son aquellas personas que se hacen cargo de su cuidado y protección sean o no sus padres biológicos. Este proceso se da durante la interacción diaria entre el niño o niña y sus cuidadores (cuando el adulto responde ante las necesidades básicas de cuidado, afecto y protección) pero no perdura por sí misma, es necesario alimentarla y dedicarle tiempo a lo largo de nuestra vida.

El vínculo no es un fenómeno rígido e inalterable en las relaciones humanas, puede ir cambiando según el contexto social, la familia, el momento de vida y la persona con la que surja la relación. Es posible que un niño establezca un vínculo poco seguro con su madre o padre durante su primera infancia, pero existe la posibilidad de que cambie, tornándose más seguro y estable si existe voluntad y compromiso real por parte del adulto en mejorar la relación. Lo que el niño y la niña aprende es aquello que prevalece en el tiempo, lo que se ha repetido con sus principales figuras vinculares a lo largo de su vida.

Por lo cual el diseño de talleres como este ayuda a fortalecer ese vínculo afectivo entre padres e hijos que se ve afectado durante el proceso de divorcio.

CONCLUSIONES

La pedagogía es un área profundamente vocacional que reflexiona sobre la educación, un área fundamental de la vida de un ser humano y de una sociedad porque el conocimiento abre puertas no sólo en el terreno profesional sino también, en la vida personal de cara a una correcta toma de decisiones o al establecimiento de relaciones personales sanas; es especialmente útil y básica en la educación porque cada alumno es único e irrepetible, es decir, tiene unas cualidades concretas y unos talentos. Por ello, a través de las herramientas pedagógicas es posible alimentar la autoestima del alumno gracias a una educación personalizada que atiende a las necesidades concretas del estudiante, éstas no sólo son útiles para docentes sino también, para los padres. Una herramienta pedagógica es un medio que sirve para lograr el fin de conseguir un objetivo concreto en el marco de la educación. Por ello, el pedagogo es quien encuentra las herramientas concretas atendiendo al caso particular y al modo de ser del alumno.

Los padres de familia se encuentran continuamente tomando decisiones y enfrentándose a situaciones completamente nuevas. Muchas de las que ocurren con sus hijos. Nuestros padres y mucho más nuestros abuelos, a la hora de tomar una decisión recuperaban la experiencia de sus padres y de los padres de sus padres. De manera propuesta, una cualidad especial para sobrevivir como padres y madres hoy en día es la de ser capaz de flexibilizar y adaptar nuestras posiciones y planteamientos de forma ajustada con los cambios sociales más o menos inmediatos y realizar una actualización constante del papel de ser padre o madre.

El conocimiento de las necesidades y características específicas de a quién se dirigen los talleres para padres, resultan básicos para su elaboración, en este caso, la necesidad de fortalecer el vínculo afectivo entre padres e hijos que atraviesan una separación es primordial, ya que el divorcio es un duelo para las

personas que lo viven y aunque la pareja se disuelva, la responsabilidad de los hijos es para siempre, procurando su bienestar y estabilidad; durante los primeros años de vida, la familia es la institución más importante y los factores de desarrollo en el medio ambiente; como estilos de crianza, educación de los padres; nivel socioeconómico; determinan un favorable o desfavorable desarrollo de los niños por lo cual el trabajo educativo destinado a la familia con la finalidad de apoyarla a fortalecer su capacidad de crianza y el desarrollo de los hijos, es la razón más práctica para que exista la familia, se nace , se crece y en consecuencia se está impregnados de sus componentes durante toda nuestra vida.

La necesidad de una colaboración de la familia y la escuela para conseguir una educación integral del niño es vital, por lo cual ligar el mundo de los padres (ambos) con el de los profesores y que sus roles dejen de ser opuestos o excluyentes, para transformarse en roles complementarios, es que aunque el manual que se propone dentro del rubro “escuela para padres” puede ser utilizado como una herramienta para “padres en la escuela”, es decir puede utilizarse en el ámbito escolar impartido por los profesores.

El aprendizaje es una experiencia inherente al propio acto de vivir. Es decir, a lo largo del tiempo, una persona suma nuevas experiencias. Sin embargo, el aprendizaje puede ser el resultado de un tipo específico de pedagogía. El aprendizaje por descubrimiento es esa pedagogía que posiciona al alumno o en este caso a los padres a los que está dirigido el taller, como protagonista de su propio proceso de aprendizaje.

El alumno se convierte en un agente activo para encontrar la respuesta ante un reto determinado para el que tiene que encontrar la solución. De este modo, el profesor o facilitador se convierte en un mentor de conocimiento, en un motivador que ofrece a los alumnos los medios necesarios para encontrar las respuestas por sí mismos.

El componente conductual y emocional que se trabajan dentro del taller permiten al padre de familia experimentar diversas sensaciones y emociones, aprende a valorar sus argumentos para dar una opinión y mejora la toma de decisiones; esta combinación dentro del formato permite una orientación reflexiva, conductual y emocional. Lo cual promueve a desarrollar el potencial humano, actitudes y habilidades específicas en la población de padres a los que va dirigido el taller.

Es importante recalcar que en todos los ámbitos donde se ejerzan relaciones padre-hijos, es necesario contar con espacios y materiales didácticos dirigidos a padres de familia para orientarlos y apoyarlos en su quehacer y como el ser padre y madre es una capacidad maravillosa que nos proporciona la naturaleza, pero también es un arte que hay que aprender y cultivar. Todo ello requiere un proceso de aprendizaje que implica reflexión, adquisición de conocimientos teóricos y puesta en práctica de ellos. Esta influencia se da en el ambiente familiar, la relación frente a los padres, el ambiente que se respira en el hogar, es lo que deja una huella profunda en la personalidad de los niños. De ahí la importancia de los temas abordados en el taller.

A los talleres generalmente asiste la madre, esto se puede dar porque la mamá es soltera o separada, o porque aún subsiste la idea de que la educación de los hijos es solo responsabilidad de la madre, pues es en ella quien pasa todo el día en la casa. Aunque en la mayoría de los casos el papá no asiste porque trabaja fuera de su casa todo el día.

Si bien no se debe seguir educando con pautas culturales de hace 50 años, lo que sí es muy importante es rescatar la sabiduría interna que hay en cada ser humano para criar a los de su misma especie, es decir, criar a sus hijos e hijas. Situaciones como los crecientes niveles de violencia (doméstica y social), el deterioro del ambiente, las condiciones de vida, las dificultades económicas, el creciente individualismo que inhibe la suma de voluntades en torno a la búsqueda de

soluciones colectivas, entre otras circunstancias, son factores decisivos a la hora de promover un mejor porvenir para nuestras familias.

Es por eso que es importante abrir espacios para exponer una serie de criterios basados en la reflexión colectiva y la experiencia acumulada que nos permita ser mejores compañeros, amigos, ciudadanos, padres y madres, pero sobre todo mejores personas.

ANEXOS

ANEXO 1

EJERCICIO 1. CUESTIONARIO

1.- ¿LE HAS DICHO A TU HIJO FRASES COMO:

A) TE VAS A EQUIVOCAR

B) NO CONFIES EN NADIE

C) NO COMAS ASÍ, QUÉ VAN A DECIR LOS DEMÁS

D) NO TE VISTAS DE ESA FORMA

E) ¡PÉINATE BIEN, QUÉ ES ESO!

2.- ¿PERMITO QUE MI HIJO O HIJA INTERFIERA EN LA CONVERSACIÓN DE ADULTOS?

3.- ¿QUÉ TRATO DE NO REPETIR EN MIS HIJOS QUE ME HAYA CAUSADO MUCHO DAÑO EN MI NIÑEZ O ADOLESCENCIA?

4.- ¿QUÉ DESEO QUE APRENDAN MIS HIJOS DE MI EXPERIENCIA A LO LARGO DE MI VIDA?

5.- ¿QUÉ QUIERO QUE HAGAN MIS HIJOS PARA SU BIEN; QUE NO LOGRO QUE REALICEN?

ANEXO 2

EJERCICIO 2. ¿SOY UN BUEN PADRE O UNA BUENA MADRE?

Algunos padres de familia utilizan el siguiente argumento para justificar su falta de actualización para educar a sus hijos “así como me educaron a mí, voy a educar a mis hijos...” tal y como lo hicieron tus padres contigo, pues tus padres te educaron para un mundo que ya no existe.

Otros simplemente se van al extremo contrario; si sus padres los maltrataron de alguna forma, se dedican a sobreproteger a los suyos y evitarles hasta el mismo sufrimiento posible. Esta actitud es sólo una manera de reaccionar que deberían resolver en terapia personal y no proyectar sus temores sobre sus propios hijos.

El gran problema que tienen los padres actuales es que, no obstante de ser nosotros una generación de transición, tienen que educar a los hijos de acuerdo con criterios aplicables en un mundo que desconocen, son responsables de educar a los hijos para un mundo que ellos mismos no entienden del todo.

Nos sobrepasa el rumbo y el ritmo de la vida que llevan los hijos, los cuales tienen acceso a información y cuentan con recursos que nosotros ni soñábamos cuando teníamos su edad, por lo que el apoyo para padres dentro de la escuela se vuelve prioritaria.

Antes, la obediencia era una gran virtud; es más, llegó a considerarse un valor que debía premiarse con alguna medalla en la escuela. Hoy las empresas que contratan a los egresados de las escuelas no necesitan gente obediente, sino personas que puedan tener iniciativa y creatividad para solucionar problemas y

para adaptarse al cambio. La obediencia ya no es un atributo muy apreciado que digamos... y a quiénes no contraten las empresas, tampoco van a generar sus propios negocios o a crear sus propios medios de subsistencia siendo obedientes. Aclarado este punto quiero hacerte ver que en ocasiones tu mismo te pones etiquetas de caducidad. Así como la de la leche o los productos que indican hasta cuando se conservan en buen estado, cuando tú mismo (a) dices cosas como “en mis tiempos” “cuando era joven”, ya están autocaducando.¹³⁵

Ten cuidado, tus tiempos son ahora, pues estas vivo, tu juventud no necesariamente fue tu mejor época.

CUANDO SE ES JÓVEN, POR DEBAJO DE NUESTRA ALEGRÍA VITAL, SE EXTIENDE UNA INMENSA ANGUSTIA (Alejandro Jodorowsky).

ANEXO 3

EJERCICIO 3. EL CABALLERO DE LA ARMADURA OXIDADA

EL CABALLERO DE LA ARMADURA OXIDADA

Hace tiempo, en una tierra muy lejana, vivía un caballero que pensaba que era bueno, generoso y amoroso, luchaba contra todos sus enemigos, que eran malos, mezquinos y odioso, rescataba doncellas aunque ellas no quisieran ser rescatadas, sin embargo el lo tomaba todo con filosofía diciendo -¡no se puede tener contento a todos!. Nuestro caballero fue famoso por su armadura, era tan grande su necesidad de salir a la batalla, este caballero se enamoró tanto de su armadura que decidió ya no quitársela más, a pesar de que contaba con una esposa tolerante y fiel, además de un hijo que con el tiempo se fueron olvidando de cómo era el rostro de nuestro héroe, hasta que un día su amada esposa lo enfrentó con coraje, diciéndole, -¡creo que amas más a tu armadura que a mí! Y este le contestó –que no te demostré cuanto te amé al rescatarte de ese dragón y

¹³⁵ SCHMILL, Vidal. *Disciplina inteligente. Manual de estrategias actuales para una educación en el hogar basada en valores*. Ed. Producciones Educación Aplicada. Pp. 39-43.

traerte a un palacio elegante como éste, a lo que ella dijo: -¡no solo de eso vivimos tu hijo y yo necesitamos verte, hablarte, que nos acaricies...!, el caballero se quedaba dormido y ya no hacía más caso a lo que su esposa decía. Pero un día decidida a todo le exigió que se quitará la armadura ya que sus torpes abrazos lo único que lograban era romperle las costillas.

Así fue como nuestro caballero acudió de inmediato al herrero y en tono desafiante le grito: ¡tu herrero, si eres el hombre más fuerte del pueblo, eres el único que puede sacarme de esta armadura!, aquel hombre con su yermo y toda su fuerza asestó golpes en la armadura sin conseguir nada, en ese momento el herrero le sugirió que se internará en el bosque y pidiera al mago Merlín, sí, ese quien ayudó al Rey Arturo en sus tiempos, a que le dijera como poder librarse de esa armadura que ya le había ocasionado problemas severos con sus seres amados. De hecho su armadura no le dejaba sentir apenas nada, y la había llevado durante tanto tiempo que ya se había olvidado cómo era que se sentían las cosas, por fin decidió salir a buscar ayuda a tierras lejanas.

En las afueras del castillo del Rey, había un bufón sentado con las piernas cruzadas tocando la flauta, y cuando el caballero pasaba por ahí, aprovecho para preguntarle por él pero el bufón le contesto que había salido a una cruzada y que probablemente tardaría mucho en regresar, el caballero tristemente se alejó del castillo para iniciar su partida.

El bufón lo animó para que buscara al mago para que lo asintiera en su pena diciéndole ¡Anda! Búscale el puede **ayudarte a sacar a la luz vuestro verdadero yo**, entusiasmado el caballero se internó en el bosque. Agotado por lo largo del camino y sin encontrarlo durante días, se dio cuenta de que no sabía hacer muchas cosas, siempre había pensado que era muy listo, sin embargo fue muy grande su desilusión de sí mismo al encontrarse que difícilmente pudo sobrevivir en un ambiente que desconocía.

De pronto un mago le aparece a su vista, un ser con una bata blanca y larga rodeado de todos los animalitos del bosque y le dice: ¡estais perdido! A lo que el caballero le contesto –“desde hace varios meses”, y Merlín le dijo “toda tu vida amigo, haz estado perdido toda tu vida” –**que no se puede correr y aprender al**

mismo tiempo, para aprender se debe permanecer en un lugar durante algún tiempo...”

Al ver que el caballero no había podido probar ningún alimento a causa de su armadura le ofreció un líquido, y el caballero se retiró con prisa y el mago le dijo: “estáis asustado verdad, claro por eso os pusisteis la armadura desde el principio, pero no temáis, solo es alimento,” mismo que no podía probar debido a que el yelmo se lo impedía, fue entonces cuando el Mago le extendió una pajilla para que sorbiera y pudiera degustar el líquido que le ofrecía, al principio ese líquido era amargo, los siguientes más agradables y los últimos tragos fueron bastante deliciosos.

¿Qué me ofrecisteis mago? –solo fue vida buen caballero, solo vida o acaso no es la vida realmente, así le empiezas a tomar sabor a la vida cuando te aceptas como eres y aceptas lo que con ella viene!!!

Oh! Querido mago yo siempre pensé que era inteligente –y lo eres!!! Ya que esta armadura te la pusiste para que no te hirieran de gravedad o te mataran, pero si realmente eras bueno, generoso y amoroso ¿porqué teníais que demostrarlo? El caballero con esa duda se puso a reflexionar en que si en verdad alguien podría pensar que no fuera bueno, generoso y amoroso, de pronto una vocecilla le contesto: “podría ser sino ¿porqué estáis sentado en mi colita?” era una ardilla, a lo que este sorprendido, le ofreció una disculpa a lo que la ardilla contestó – “siempre te ha pasado lo mismo, por no fijarte te la pasas pidiendo disculpas a todo el mundo.

Así el caballero no entendía la lección y continuaba menospreciando a los seres vivos, fuese quienes fuesen.

Un determinado día el caballero se encontró platicando nuevamente con el Mago, quien le pedía que era hora de regresar a casa y así poder disfrutar el calor de un beso, el aroma de una flor, pero nuestro caballero estaba tan triste de saberse que no era nada de lo que creía, por lo que contestó al Mago que para que si su hijo y esposa ya no lo querían ver, para nada serviría que se pudiera liberar de esa armadura que tantos problemas le había provocado, y el Mago con basta inteligencia, le dijo que no lo hiciera más que por él mismo y cuando descubras el

ser real que existe dentro de ti podrás dar tanto de lo que siempre has creído, descubrirás que tu forma de ver la vida cambiará y alcanzarás muchos más afectos sinceros y reales...

*Es cierto que el silencio es algo que a muchas personas no les gusta disfrutar, sin embargo es un elemento importantísimo en la búsqueda de nuestro verdadero **yo**; el llevar a cabo un diálogo interno nos deja entrever las carencias con las que hemos vivido tan sólo por tratar de agradar a los demás, esas carencias se llenan de sentimientos banales, mismos que no forman una armadura infranqueable por los seres a quienes más queremos.¹³⁶*

ANEXO 4

EJERCICIO 1. CUADRO DE TEMORES

MIS PRINCIPALES TEMORES EN RELACION CON MI FAMILIA SON:	MIS PRINCIPALES TEMORES EN RELACIÓN CON MI PERSONA SON:	MIS PRINCIPALES TEMORES EN RELACIÓN CON MI PERSONA SON:

¹³⁶ FISHER, R. *El caballero de la armadura oxidada*. Ed. Obelisco. 1994

ANEXO 5

EJERCICIO 2. SOCIODRAMA

Instrucciones: Cada equipo representará e tema asignado por el facilitador y representará el caso exagerando las situaciones, dándole humor a su representación pero a la vez detectando los miedos que representan.

CASO 1. Juanito es un niño que tiene apenas 4 años de edad, sus padres se encuentran desesperados porque por las noches se quiere dormir con ellos, ya que en su habitación siente miedo, cree que las sombras de la noche son fantasmas o monstruos que quieren hacerle daño. Sus padres no pueden dormir y tampoco vivir su intimidad.

CASO 2. Irasema es una niña que califica como berrinchuda, no obedece, tiene siempre que salirse con la suya y su mamá María, que es madre soltera, tiene que trabajar todo el día para poder solventar los gastos de la casa. En una de tantas ocasiones, Irasema se queda sola y cuando regresa María de trabajar, encuentra que su hija de 12 años salió a jugar con un vecino sin su permiso.

CASO 3. Sebastián y Lupe se casaron muy jóvenes, aunque han vivido situaciones muy difíciles aún permanecen unidos por el amor a su hijo José. Como José es hijo único, Sebastián y Lupe desean que su hijo termine la carrera, pero José no brilla por ser un buen estudiante, más bien lo reconocen por ser el mejor portero del equipo de futbol y actualmente tiene una carismática novia quinceañera.

ANEXO 6

Reflexión

De mi madre aprendí que nunca es tarde, que siempre se puede empezar de nuevo, ahora mismo le puedes decir basta a los hábitos que te destruyen, a las cosas que te encadenan, a la tarjeta de crédito, a los noticieros que te envenenan desde la mañana, a los que quieren dirigir tu vida por el camino perdido.

Ahora mismo le puedes decir basta al miedo que heredaste, porque la vida es aquí y ahora mismo. Que nada te distraiga de ti mismo, debes estar atento porque todavía no gozaste la más grande alegría, ni sufriste el más grande dolor.

Vacía la copa cada noche para que Dios te la llene de agua nueva en el nuevo día. Vive de instante en instante porque eso es la vida. ¿Cómo no gozar y respetar este momento?

Se gana y se pierde, se sube y se baja, se nace y se muere. Y si la historia es tan simple. ¿Por qué te preocupas tanto?

No te sientas aparte y olvidado, todos somos la sal de la tierra. En la tranquilidad hay salud, como plenitud, dentro de uno. Perdónate, acéptate, reconóctete y ámate. Recuerda que tienes que vivir contigo mismo por la eternidad, borra el pasado para no repetirlo, para no abandonar como tu padre, para no desanimarte como tu madre, para no tratarte como te trataron ellos; pero no los culpes, porque nadie puede enseñar lo que no sabe, perdónalos y te liberarás de esas cadenas.

Si estás atento al presente, el pasado no te distraerá, entonces serás siempre nuevo. Tienes el poder para ser libre en este mismo momento, el poder está siempre en el presente porque toda la vida está en cada instante, ¡Pero no digas NO PUEDO ni en broma, porque el inconsciente no tiene sentido del humor, lo tomará en serio y te lo recordará cada vez que lo intentes!

Si quieres recuperar la salud, abandona la crítica, el resentimiento y la culpa, responsables de nuestras enfermedades.

Perdona a todos y perdónate a ti mismo, no hay liberación más grande que el perdón; no hay nada como vivir sin enemigos. Nada peor para la cabeza y por lo tanto para el cuerpo, que el miedo, la culpa y el resentimiento y la crítica (agotadora y vana tarea), que te hace juez y cómplice de lo que te disgusta.

Culpar a los demás es no aceptar la responsabilidad de nuestra vida, es distraerse de ella.

El bien y el mal viven dentro de ti, alimenta más el bien para que sea el vencedor cada vez que tengan que enfrentarse. Lo que llamamos problemas son lecciones, por eso nada de lo que nos sucede es en vano.

No te quejes, recuerda que naciste desnudo, entonces ese pantalón y esa camisa que llevas, ya son ganancia. Cuida el presente, porque en él vivirás el resto de tu vida.

Libérate de la ansiedad, piensa que lo que debe ser será y sucederá naturalmente.

Facundo Cabral.

ANEXO 7

Reflexión 1. CRISIS ENTRE PADRES E HIJOS

Los padres necesitan desarrollar la generosidad para hacerse a un lado y dejar que su hijo llegue a expresar una identidad propia y se adueñe de su vida.

Es frecuente que durante un proceso de divorcio, los miembros de la familia se vean afectados y entren en un periodo crítico que repercute en la edad adulta.

En este tránsito, es posible que experimenten sentimientos de inseguridad, temor, tristeza o frustración; pero también puede que nos entusiasmen nuestros retos,

que nos llamen esos estudios que habíamos postergado. Que nos sintamos más libres para explorar mundos distintos a los que hemos habitado.

Es momento de hacer un balance. Nos preguntamos qué hemos hecho con nuestra vida, cuáles de aquellos viejos proyectos logramos realizar y que sueños tenemos pendientes. Quizás tenemos elaborando planes e imaginemos otras posibilidades de realización o estamos revisando nuestras relaciones.

De pronto nos damos cuenta de que el tiempo pasa y tenemos que apresurarnos a cumplir con nuestros anhelos y a construir algo que de sentido a nuestras existencias.

En una crisis, dos fuerzas opuestas actúan sobre nosotros, por un lado, nos resistimos a abandonar la seguridad de los vínculos, las costumbres y la manera como hemos resuelto la vida, y por otro, nos invade un anhelo de búsqueda y progreso.

La crisis es una señal de que necesitamos cambiar y pasar a otra etapa, de que debemos avanzar hacia algo distinto.

Una crisis tiene que ver más con el significado personal que damos a nuestras metas, ideas, valores y afectos, que con las acciones concretas que los expresan; tiene que ver más con lo que pasa en el exterior.

ANEXO 8

EJERCICIO 1. CRISIS ENTRE PADRES E HIJOS

Instrucciones: Contesten las siguientes preguntas.

1.- ¿Está usted pasando por alguna dificultad personal cómo cambio de trabajo, una separación, enfermedades, problemas económicos o depresión?

2.- ¿Siente que los cambios de su hijo le provocan conflictos internos?

3.- ¿Su hijo le hace sentir la pérdida de su propia juventud?

4.- ¿Siente angustia por el paso del tiempo?

ANEXO 9

EJERCICIO 2. REVISIÓN DE NECESIDADES

Todos los seres humanos tenemos necesidades que debemos satisfacer para sentirnos bien, estas necesidades no son lujos o caprichos, sino aspectos indispensables para vivir, como personas completas y felices.

Contesta el siguiente cuestionario marcando con una "X" la respuesta que usted elija dependiendo de sus necesidades.

¿Tiene usted satisfechas las siguientes necesidades?	Si	A veces	No
FILOSÓFICAS			
Come adecuadamente			
Descansa lo suficiente			
Hace ejercicio			
Goza de buena salud			
AFFECTIVA			
Se siente amado			
Ama a alguien			
Se siente estimado			
Tiene buena comunicación con alguien especial			
Abraza a alguien con frecuencia			
DE PERTENENCIA			
Forma parte de un grupo de amigos			
Lleva a cabo actividades en grupo: recreativas, deportes, manualidades, etc.			
Se siente parte importante de su familia			
Está comprometido con su trabajo o con un ideal			
RECREACIÓN			
Hace algún deporte			
Participa en juegos con su familia			
Disfruta de actividades cerca de la naturaleza			
Asiste a fiestas y celebraciones de la comunidad, la familia o los amigos			
Se da tiempo para disfrutar de las actividades que más le gustan			
APRENDIZAJE Y AUTOREALIZACIÓN			
Disfruta su trabajo			
Invierte tiempo en aprender lo que le interesa			
Tiene planes para el futuro			
INTIMIDAD			
Tiene momentos para estar a solas con usted mismo			
Disfruta de tiempo a solas con su pareja			
Puede confiar sus preocupaciones y alegrías a alguien: pareja, amigo, pariente, etc.			
TRASCENDENCIA			
Cree que la vida tiene sentido			
Cree que su existencia es útil para alguien más			

Si en algún aspecto las necesidades no están cubiertas, conviene revisar que le falta y dedicar esfuerzo en atenderse. Que usted tenga una vida tranquila sana y equilibrada en un beneficio muy grande para sus hijos.

ANEXO 10

El canto del corazón

De: historias del espíritu, historias del corazón, Jack Kornfield, 1974.

“Los miembros de una tribu de África oriental utilizan un canto especial para cada miembro de la tribu, el cual le es asignado antes de su nacimiento”

En dicha tribu la fecha de nacimiento de una criatura no es el día del parto, ni siquiera el día de la concepción, como en otras comunidades. Para ellos la fecha de nacimiento coincide con el instante en que la madre piensa por primera vez en ese hijo o hija.

La madre, consciente de sus intenciones de concebir un hijo con un hombre específico, se aleja para sentarse solitaria a la sombra de un árbol grande.

Allí se sienta y escucha con atención hasta que puede oír el canto de la criatura que ella espera traer al mundo.

Una vez que ha oído la canción, vuelve a la aldea y se la enseña al padre para así poder cantarla juntos mientras hacen el amor, invitando a la criatura a que se les una.

Cuando se realiza la concepción, la madre le canta la canción al hijo que lleva en el vientre, y luego se la enseña a las ancianas y a las parteras de la aldea, de manera que durante los trabajos del parto y el instante del nacimiento, la criatura sea bienvenida con dicho canto.

Después del nacimiento, todos los miembros de la aldea aprenden la canción de cada niño y se la cantan cuando se cae o se hace daño. Se canta también en momentos de triunfo, en rituales y durante la iniciación.

Cuando llega a la edad adulta, el canto se convierte en parte de su ceremonia matrimonial. Al final de su vida, sus seres queridos rodean su lecho de muerte y entonan el canto por última vez.

REFLEXIÓN: Es muy probable que las tareas del día nos impidan buscar espacios para la reflexión, sin embargo no podemos esperar a que un día el silencio se haga presente y nos encontremos con que han pasado tantas cosas y tantas otras que dejamos pasar, tantas palabras guardadas que ya no podamos pronunciarlas.

Creo que esta lectura nos deja ver lo relevante que es pertenecer a una familia, pero más importante es que, podamos decirnos cuánto nos amamos tanto en las tristezas como en las alegrías, tanto en los tropiezos como en los momentos de gran felicidad.

ANEXO 11

EJERCICIO 1. COMPARANDO MIS EMOCIONES

Hacer comparaciones ayuda a expresar y transmitir nuestros sentimientos.

COLOR

Rojo intenso, azul cielo, verde esmeralda, azul, amarillo, etc. Ejemplo: “Mi coraje es como rojo vivo”.

1.- Cuando mi hijo no acata una instrucción mía, aún después de haber realizado varios intentos me siento_____como un color_____.

SABOR

Amargo, agrio, dulce, picante, etc. Ejemplo: “Mi sentimiento de insatisfacción me deja un sabor amargo”.

2.- Cuando mi hijo se enferma repentinamente mi sentimiento es de _____ como _____.

SONIDO

Un rayo, una sirena, el raspar de una tiza en la pizarra, el maullido de un gato, el claxon de un camión, etc. Ejemplo: "Mi sentimiento es de júbilo como el canto de un pájaro en primavera".

3.- Cuando estoy preocupada (o) y mis hijos pelean en casa me siento _____ como _____.

TACTO

Suave, espinoso, áspero, arrugado, seco, frío, polvoso, etc. Ejemplo: "Mi sentimiento es de ternura como si tocara la piel de un bebé".

4.- Cuando beso y abrazo a mi (s) hijo (s) me siento _____ como si sus caricias fueran _____.

REACCIÓN FÍSICA

Piel de gallina, nudo en la garganta, sudor frío, demasiado calor, etc. Ejemplo: "Mi sentimiento de nostalgia me provoca un nudo en la garganta".

5.- Cuando tengo que enfrentarme a una situación desconocida, mi sentimiento es de _____ que _____.

LO QUE EL SENTIMIENTO NOS SUGIERE HACER

Querer golpear, querer brincar, querer abrazar a todos, querer encerrarse y no hablar con nadie, etc. Ejemplo: "Mi sentimiento es de euforia que me dan ganas de abrazarte y comerte a besos".

6.- Cuando siento vergüenza me hace querer _____.

ANEXO 12

EJERCICIO 2. La historia de Lorena.

Lorena es una madre joven, viuda y con tres hijos. Ella vende productos de belleza para poder solventar la economía del hogar. Su hijo mayor tiene 13 años, el segundo 9 y la tercera 7 años. Un día, Lorena llega fatigada de hacer una entrega de productos y encuentra que su hija de siete años vació todas las botellas de perfume que tenía que entregar a una cliente al día siguiente. En ese momento el sentimiento de Lorena es de ira como si el calor de su cuerpo subiera 40 grados. Comienza a pensar en todos los problemas que eso le iba a ocasionar, entonces toma un matamoscas y comienza a golpear a su hijo de 13 años por no cuidar a sus hermanos, al de 9 por no decirle a su hermano mayor lo que hizo su hermanita y por último, golpea fuertemente las manos de su hija hasta que desahoga toda su ira. Después, se vuelve en un llanto porque se siente avergonzada y para disminuir su vergüenza ante sus hijos, ya más tranquila, les dice que ellos tuvieron la culpa y les regala dulces.

ANEXO 13

VISUALIZACIÓN

YO SOY YO

El facilitador indica que se va a realizar una técnica de relajación y proporciona las siguientes indicaciones.

1. Sentados con la espalda completamente recargada al respaldo de la silla, sin cruzar piernas ni brazos, cerrando los ojos suavemente, llevando la respiración de manera profunda a ritmo de cuatro tiempos:
 - a. Ritmo uno: tomar aire por la nariz.
 - b. Ritmo dos y tres: contener el aire en el diafragma.
 - c. Ritmo cuatro: soltar el aire por la boca suavemente

2. Llevarlos con este ritmo de respiración durante cinco veces con una voz suave.
3. Mientras se lleve una ejercitación de la respiración, el promotor observa que todos los participantes tengan la posición correcta. En caso de que uno tenga los pies cruzados, con suavidad repetirá la orden de no cruzar las piernas.
4. Se enciende la música en volumen bajo.
5. Se les indica que se vayan contactando con su respiración, mencionando que se concentren de tal manera que se enfoquen en su respiración cada vez más profunda.
6. Es importante mencionar que deben olvidarse de sus problemas y de todos los ruidos exteriores.
7. Manteniendo un tono suave, comience a leer la meditación. Sea muy respetuoso en lo que concierne a la acentuación y matiz de la voz.
8. Trate usted de estar imaginando lo que se dice, dé tiempo a que ellos imaginen.
9. Es importante mantenerse en un solo punto, para que el volumen de la voz sea siempre el mismo.

“En este momento mi voz se convierte en tu propia voz”

Yo soy yo

En todo el mundo, no hay otro que sea igual a mí. Hay personas que tienen algunas partes semejantes a las mías, pero nadie es exactamente como yo. Por tanto, todo lo que provenga de mí es auténticamente mí, porque yo así lo he decidido.

Soy dueño de todo lo que hay en mí: mi cuerpo, incluyendo todo lo que hace; mi mente, incluyendo todos sus pensamientos e ideas, mis ojos, incluyendo las imágenes que contemplan, mis sentimientos, cualquiera que sean: ira, alegría, frustración, amor, desencanto, emoción; mi boca, y todas las palabras que salgan de ella: amables, dulces o ásperas, correctas o incorrectas; mi voz fuerte o suave; y todos mis actos, ya sean dirigidos a otros o a mí mismo.

Soy dueño de todos mis triunfos y éxitos, de todos mis fracasos y errores.

Reconozco que hay aspectos en mí, puedo conocerme íntimamente. Al hacerlo, puedo amar y ser amistoso conmigo en todas mis partes. Así, puedo hacer posible que todo mi ser trabaje en beneficio de mis intereses.

Reconozco que hay aspectos en mí que me intrigan, y que hay otros aspectos que desconozco. Pero mientras sea amistoso y amoroso conmigo, puedo buscar con valor y esperanza las soluciones a estas interrogantes y los medios para descubrir más sobre mí.

Por eso lucharé incansablemente para ser dueño de mis palabras y de mis actitudes. Puedo ver, escuchar, sentir, pensar, decir y hacer. Tengo medios para sobrevivir, para estar unido a los demás, para ser productivo y encontrar sentido y orden en el mundo de las personas y cosas que están fuera de mí.

Me pertenezco y, por tanto, puedo construirme.

10. Con voz suave se les pide a los participantes respiren profundamente y poco a poco saquen el aire por la boca, que regresen a su aquí y ahora. Se les pide que cuando estén listos abran sus ojos lentamente.

ANEXO 14

EJERCICIO 1. ¿CÓMO SOY?

Cada uno de nosotros tiene un estilo de personalidad que refleja nuestros valores individuales, creencias, formas de pensar, etc. Todo esto influye en cómo nos relacionamos con nuestros hijos y con los demás.

En este ejercicio te pedimos que asignes a cada categoría un número y lo pongas en los cuadros sombreados.

Asigna el número **4** a aquella descripción que más se parezca a ti, el número **3** a la que siga en mayor parecido, el número **2** a la que casi menos se parezca a ti y el número **1** a la que se parezca menos de todas. Se deben completar todos los cuadros.

Ejemplo: Mis colores preferidos son:

3	Rojo	1	Verde	4	Azul	2	Amarillo
----------	------	----------	-------	----------	------	----------	----------

El color azul es mi mayor preferencia, seguida del rojo, luego el amarillo y el último que prefiero es el verde.

MARQUE LOS CUADROS DE COLOR DE ACUERDO A CÓMO ES; NO A CÓMO LE GUSTARÍA SER, NI TAMPOCO A CÓMO PIENSA QUE DEBERÍA SER:

1. Mis cualidades personales de las que estoy consciente son:							
	Amabilidad y gentileza		Fortaleza y capacidad		Consistencia y claridad		Espontaneidad y creatividad
2. El valor o principio más importante para mi es:							
	Relación con los demás		Responsabilidad		Tener la razón		Libertad
3. Me atrae la gente que es:							
	Cooperadora y amigable		Responsable y trabajadora		Cumplidora y analista		Divertida y original
4. Tiendo a tomar decisiones de acuerdo a:							
	Mi intuición y confianza		Siguiendo las reglas		Análisis cuidadoso y considerado		Según mi ánimo
5. La forma en que consigo que la gente coopere es:							
	Creando amistad y armonía		Con persuasión y dirección		Influencia, dirección y lógica		Motivación extrovertida y creativa
6. Me siento mejor cerca de mi mismo cuando:							
	Ayudo a la gente a sentirse mejor con ellos mismos		Termino de hacer las cosas		Aconsejando y ayudando a salir a delante		Haciendo que las cosas sucedan
7. Me gusta que me vean como:							
	Cordial y agradable		Confiable y eficiente		Lógico y confiado		Experto y único
8. Cuando me critican reacciono...							
	Me retiro y no lo enfrento		Lo enfrento y me defiendo		Analizo la situación y los motivos		Lo ignoro y sigo adelante
9. Cuando me siento deprimido me veo:							
	Con poco que ofrecer		Incapaz de hacer las cosas		Confundido y descontrolado		Como perdedor
10. Cuando estoy presionado tiendo a:							
	Retirame y transigir		Redoblar esfuerzos		Discutir y analizar		Retar y confrontar
Suma el puntaje de cada columna							

DESCRIPCIÓN DE TIPOS DE PERSONALIDAD

LA PERSONA SERVICIAL:

Su valor más importante es estar en relación con los demás. Es una persona que necesita a la gente y le encanta relacionarse con los demás. Generalmente entiende los sentimientos de los demás, es intuitiva y compasiva. En su relación con los otros promueve la paz y trabaja para obtener cooperación, pertinencia y armonía. Es muy importante para la persona servicial, que la vean como genuina y cariñosa. Tiende a ver a lo positivo en cualquier situación. Es leal, confiable, brinda apoyo y le preocupa más lo que podría pasar, que el presente.

LA PERSONA ORGANIZADORA:

Hace las cosas, tiende a ser muy responsable, está casi siempre preparada y le gustan las reglas. La persona organizadora tiende a ser una lista para saber cuando está terminando el trabajo; si las cosas están desorganizadas y sin estructura, necesita estructurarla y organizarlas. Tiende a ser confiable, estable y sensible. En general no le agradan mucho los cambios, prefiere que las cosas sean predecibles y estén ordenadas. Tiende a mirar al pasado, para saber cómo se ha hecho las cosas anteriormente (tradición), antes de tomar sus decisiones, entre sus mejores talentos está su sentido del orden y dar seguimiento a las cosas. Casi siempre hará el trabajo primero y, si hay tiempo, considerando el placer y la diversión.

LA PERSONA ANALISTA:

Disfruta de las ideas y quiere entender. Disfruta analizando situaciones, tiende a ser un observador silencioso. En general, el analista es independiente y está más relacionado con los pensamientos e ideas que con emociones. Sigue las reglas, si las reglas tienen sentido y son lógicas. La persona analista tiene la necesidad de ser competente y acumular conocimiento. Disfruta del debate y la discusión de ideas. Generalmente, el analista tiende a ser perfeccionista y se le hace difícil aceptar sus propios errores. Es un gran planificador porque trabaja por considerar las posibilidades.

LA PERSONA CREATIVA:

Disfruta siendo libre, espontánea y juguetona. Es emprendedora en sus acciones, le gusta ser el centro de atención y tomar riesgos. Le gusta tomar acción y hacer las cosas aquí y ahora; le gusta la competencia y la variedad. Se aburre fácilmente

y busca el cambio sólo para hacer las cosas más interesantes y emocionantes. Disfruta el reto y tiende a hacer las cosas a su manera. A menudo la persona motivadora es vista como impulsiva. Las estructuras y las reglas lo limitan. Es admiradora por su espontaneidad y su naturaleza extrovertida.

ANEXO 15

VISULIZACIÓN

“LA MANZANA”

El facilitador indica que se va a realizar una técnica de relajación y proporciona las siguientes indicaciones:

(Leer la visualización antes de aplicarla).

1.- Sentados con la espalda completamente recargada al respaldo de la silla, sin cruzar piernas, ni brazos; cerrando los ojos suavemente, llevando la respiración de manera profunda a ritmo de cuatro tiempos:

- a) Ritmo uno: tomar aire por la nariz.
- b) Ritmo dos y tres: contener el aire en el diafragma.
- c) Ritmo cuatro: soltar el aire por la boca suavemente.

2.- Llevarlos con este ritmo de respiración durante cinco veces con una voz suave.

3.- Mientras se lleve la ejercitación de la respiración, el promotor observa que todos los participantes tengan la posición correcta. En caso de que uno tenga los pies cruzados, con suavidad repetirá la orden de no cruzar las piernas.

4.- Se enciende la música en volumen bajo.

5.- Se les indica que se vayan contactando con su respiración, mencionando que se concentren de tal manera que se enfoquen en su respiración cada vez más profunda.

6.- Es importante mencionar que deben olvidarse de sus problemas y de todos los ruidos exteriores.

7.- Manteniendo un tono suave, comience a leer la meditación. Sea muy respetuoso en lo que concierne a la acentuación y matiz de la voz.

8.- Trate usted de estar imaginando lo que se dice, dé tiempo a que ellos imaginen.

9.- Es importante mantenerse en un solo punto, para que el volumen de la voz sea siempre el mismo.

“Te encuentras en un sendero dentro de un bosque, entre el follaje de los árboles se filtran los rayos del Sol, que suavemente tocan tu rostro, puedes sentir el viento y con él, el aroma de los árboles, existen de todas clases...

Caminas por el sendero y a lo lejos alcanzas a ver una montaña, es majestuosa, es imponente y poco a poco te diriges a ella. Lentamente avanzas cuesta arriba y en lo alto vislumbras un árbol.

Al llegar a la cima puedes ver que el árbol está lleno de manzanas y en la copa más alta está una manzana, se distingue de las demás porque es grande y su color rojo es más intenso.

Esta manzana tiene vida, todas las noches sueña con alcanzar una estrella hermosa, llena de luz que alumbra el firmamento. Observas cómo la manzana quiere tocar la estrella, porque desea ser feliz, desea ¡Alcanzar la felicidad! Pero aún cuando esta manzana se estira, no logra alcanzar la estrella y eso la hace sentir muy infeliz.

Tú sigues ahí, bajo el cobijo de este árbol. De pronto, la manzana cae al suelo y no puedes evitar levantarla, la miras, la hueles y la muerdes. Y es mayúscula tu sorpresa al descubrir que en su interior se encuentra...”¹³⁷

10.- Con voz suave se les pide a los participantes respiren profundamente y poco a poco saquen el aire por la boca, que regresen a su aquí y ahora. Se les pide que cuando estén listos abran sus ojos lentamente.

11.- El facilitador les pedirá a cada participante sacar su manzana, olerla, tocarla y que le den una pequeña mordida. Posteriormente, con un cuchillo abrirán la manzana donde se encuentran las semillas y hay una estrella.

12.- el facilitador hará las siguientes preguntas para guiar al grupo a la reflexión. Es importante rescatar que si se exageran los rasgos de la personalidad se genera un distanciamiento entre las personas que se aman, sobre todo con los hijos.

¹³⁷ Referencia de la dinámica “Escuela de Hijos y Padres”, con adaptación de Norma L. Peñaloza Esquivel.

Ejemplo: Una persona organizadora al exagerar sus actitudes puede asfixiar a un hijo cuando éste es totalmente diferente, ya que todo el tiempo estará presionando a ser como él. También es significativo que el padre de familia observe que tiene muchas cosas positivas dentro de él y lo importante que es conocerse a sí mismo para estar preparado para obtener una vida más plena y satisfactoria.

- a) Según cada participante, que descubrió como moraleja
- b) ¿Qué significa que dentro de la manzana haya una estrella?
- c) ¿Qué significa para él para el participante las semillas?

ANEXO 16

EJERCICIO 1. Cuento “LA GALLINA Y LOS PATITOS”

Había una vez una pata que había puesto cuatro huevos... Mientras los empollaba, un zorro atacó el nido y la mató. Por alguna razón no llegó a comerse los huevos antes de huir, pero éstos quedaron abandonados en el nido.

Una gallina culeca que pasó por ahí, encontró el nido sin cuidados y su instinto la hizo sentarse sobre los huevos para empollarlos. Poco después nacieron los patitos y, como era lógico tomaron a la gallina como su madre y caminaron en fila tras ella. La gallina contenta con su nueva cría, los llevó hasta la granja. Todas las mañanas después del canto del gallo, mamá gallina rascaba el piso y los patos se esforzaban por imitarla. Cuando los patitos no conseguían arrancar de la tierra un mísero gusano, la mamá sacaba para todos sus polluelos, partía cada lombriz en pedazos y alimentaba a sus hijos en sus propios picos. Un día, como otros, la gallina salió a pasear con su nidada por los alrededores de la granja. Sus patitos disciplinadamente, la seguían en fila. Pero de pronto, al llegar al lago, los patitos de un salto se zambulleron con naturalidad en la laguna, mientras la gallina cacareaba desesperada pidiéndoles salieran del agua.

Los patitos nadaban alegres chapoteando y su mamá saltaba y lloraba temiendo que se ahogaran. El gallo apareció atraído por los gritos de la madre y se percató de la situación.

-No se puede confiar en los jóvenes, -fue su sentencia, -son unos imprudentes.

Uno de los patitos que escucho al gallo, se acercó a la orilla y le dijo:

-No nos culpen a nosotros por sus propias limitaciones.

APRENDIZAJE:

No pienses, que la gallina estaba equivocada, no juzgues tampoco al gallo. No creas a los patos prepotentes y desafiantes. Ninguno de estos personajes están equivocados, lo que sucede es que ven la realidad desde miradores distintos. El único error, casi siempre, es creer que el mirador en que estoy, es el único desde el cual se divisa la verdad.

ANEXO 17

EJERCICIO 2. Tipos de familia

INSTRUCCIONES: MARCA CON UNA CRUZ TU RESPUESTA.

1.- Actualmente vivo en: Matrimonio _____ Unión Libre _____ En matrimonio y separado (a) _____ Soltería _____

2.- En situación de soltería: Viudez _____ Separación _____ Otro _____

3.- Actualmente vivo con: Mis parientes y mis hijos _____ Únicamente con mi (s) hijo(s) _____ Con mi esposo e hijos _____ Con mi pareja y mis hijos _____ Con mis hijos y algún pariente o una persona de apoyo _____

4.-El cuidado de mis hijos está a cargo de: _____

5.- El tipo de mi familia es: Autoritativo _____ Autoritario _____ Permisivo _____ Indiferente _____ De todos un poco _____

6.- ¿Qué tipo de ambiente se vive en tu hogar?

a) DE CONTROL _____ b) DE CALIDEZ _____ c) DE AMBAS _____

7.- Mi familia es:

a) CONFLICTIVA _____ b) NUTRICIA _____ c) ESPECIAL _____

d) TENGO RASGOS DE LAS TRES OPCIONES _____

8.- ¿Me gusta la familia que tengo? _____

9.¿Porqué? _____

ANEXO 18

VISULIZACIÓN “LA SILLA VACIA”

El facilitador indica que se va a realizar una técnica de relajación y proporciona las siguientes indicaciones:

1.- Sentados con la espalda completamente recargada al respaldo de la silla, sin cruzar piernas, ni brazos; cerrando los ojos suavemente, llevando la respiración de manera profunda a ritmo de cuatro tiempos:

a) Ritmo uno: tomar aire por la nariz.

b) Ritmo dos y tres: contener el aire en el diafragma.

c) Ritmo cuatro: soltar el aire por la boca suavemente.

2.- Llevarlos con este ritmo de respiración durante cinco veces con una voz suave.

3.- Mientras se lleve la ejercitación de la respiración, el promotor observa que todos los participantes tengan la posición correcta. En caso de que uno tenga los pies cruzados, con suavidad repetirá la orden de no cruzar las piernas.

4.- Se enciende la música en volumen bajo.

5.- Se les indica que se vayan contactando con su respiración, mencionando que se concentren de tal manera que se enfoquen en su respiración cada vez más profunda.

6.- Es importante mencionar que deben olvidarse de sus problemas y de todos los ruidos exteriores.

7.- Manteniendo un tono suave, comience a leer la meditación. Sea muy respetuoso en lo que concierne a la acentuación y matiz de la voz.

8.- Trate usted de estar imaginando lo que se dice, dé tiempo a que ellos imaginen.

9.- Es importante mantenerse en un solo punto, para que el volumen de la voz sea siempre el mismo.

10.- Es indispensable buscar quién lo auxilie en esta visualización, para que mientras usted habla, la otra persona se mantenga atenta para dar apoyo a quien lo necesite, ya sea pasando por la espalda en señal de calidez.

Ahora, imagina una silla delante de ti y que en esa silla se encuentra sentada una persona a la cual le tienes mucho que decir. Si esta persona ya no está junto a ti, no importa, lo importante es que la consideraste parte de tu familia.

Ahora dile lo mucho que te han hecho daño sus actitudes, sus palabras y sus actos hacia contigo.

Esta persona en otro tiempo y en otro lugar te lastimó, haciéndote creer que eras menos, en ese momento sentiste que no te quería.

Tienes sentimientos negativos hacia la persona que ahora está sentada en esa silla: estás enojado, la criticas, te sientes lastimado y por eso te niegas a pensar en ella.

Visualiza la cara y la expresión de quién tienes delante, nota el tamaño de la persona, la ropa que lleva, los colores, la postura.

Piensa en lo que le quieres decir y díselo ahora. (Dar tiempo para que el participante profundice y exteriorice todo lo que trae dentro)

Una vez que hayas terminado de decirle lo que tenías guardado dentro de ti desde hace mucho tiempo. Respira hondo y deja a un lado toda crítica y todo reclamo, abandónalos durante un momento.

Mira a la persona que tienes delante. Es un ser humano como tú que trata de sobrevivir y tener una vida feliz.

Medita brevemente sobre alguna de estas preguntas:

-¿Qué situaciones, problemas o conflictos podrían estar afectando su comportamiento?

-¿Qué miedos podrían estarla afectando?

-¿Cómo crees que sea su vida?, ¿Qué le falta?

Piensa de verdad en estas preguntas. Mírala como una persona que se esfuerza a pesar de sus miedos y deseos, de sus limitaciones, a pesar de los conflictos y problemas. Trata de ver el mundo a través de sus ojos.

Ahora puedes decidir verla de forma distinta y reconcílate con ella espiritualmente.

11.- Una vez terminada la lectura, el facilitador invita a que vayan regresando a su respiración normal. Que hagan una respiración profunda y que regresen a su aquí y ahora, además de que vayan con lentitud teniendo movimientos lentos de manos, pies, rodillas, etc.

12.- Invite a que, al tiempo de cada uno, se vayan abriendo los ojos.

13.- Invitar a que el participante, que lo desee, exteriorice, su pensar y los sentimientos que experimento.

ANEXO 19

EJERCICIO 1. Cuestionario

<p>¿Qué tan frecuente hablas con tu pareja?</p> <p>a) Siempre b) Casi siempre c) Algunas veces d) Pocas veces e) Nunca</p>	<p>¿Qué tipo de confidencias se comentan dentro de la familia?</p>
<p>¿Con qué frecuencia hablas con tus hijos?</p> <p>a) Siempre b) Casi siempre c) Algunas veces d) Pocas veces e) Nunca</p>	<p>¿Logra entender lo que le sucede y lo que sienten sus hijos?</p> <p>a) Si b) No c) Algunas veces d) Poco e) Nunca</p>
<p>¿Cuáles son las primeras palabras que le diriges a tu hijo por la mañana?</p> <p>a) Levántate, se hace tarde b) ¿qué no vas a ir a la escuela? c) Hola amor, ¿cómo estás? d) Buenos días e) ¿Qué, dormimos juntos?</p>	<p>¿Permites que tu hijo hable contigo de cualquier tema o que exprese sus emociones?</p> <p>a) Si b) No c) Algunas veces d) Poco e) Nunca</p>
<p>¿Cómo los despide cuando salen de casa?</p>	<p>¿Podría mejorar la comunicación en su familia?</p>
<p>¿Comparte con ellos sus sentimientos, ideas y experiencias?</p> <p>a) Si b) No c) Algunas veces d) Poco e) Nunca</p>	<p>Anote tres alternativas para mejorar la comunicación dentro de su familia.</p>

ANEXO 20

EJERCICIO 2. Cuestionario

1.- Cuándo está usted realizando un quehacer importante en casa y recibe una llamada telefónica de un amigo que hace tiempo no ve.

- a) Entabla plática con la persona.
- b) Explica el no poder atenderlo y le llama después.
- c) Le pide a su hija que diga que no está.

2.- Cuándo su hijo ha realizado las labores cotidianas y le solicita permiso para ir a una fiesta a casa de un amigo no agradable para usted:

- a) Busca pretextos para no dejarlo ir.
- b) Le explica usted el porqué no está de acuerdo y llega a un arreglo.
- c) Le permite ir.

3.- En el trabajo le designan realizar una actividad que no le corresponde y está fuera de su horario.

- a) Lo realiza por compromiso.
- b) Se niega solamente.
- c) Explica los motivos por los cuales no puede realizarlos en ese momento.

4.- Después de las actividades cotidianas realizadas en casa y dormidos los niños desea reposar un momento, pero llega su marido y le pide le acompañe a una reunión que acaba de concertar con sus amigos.

- a) Se niega rotundamente
- b) Le explica que se siente cansada y no desea ir.
- c) Asiste a pesar de que no lo desea.

5.-Su mamá le ha comprometido sin su consentimiento con un familiar para llevarlo a dar un paseo a la ciudad y esto estropea un paseo planeado con sus hijos.

- a) Aunque molesto accede al compromiso hecho por su mamá.
- b) Explica a su familia que no puede en ese momento por el compromiso pero lo planea para otra ocasión.
- c) Definitivamente no asiste al compromiso.

ANEXO 21

EJERCICIO 3. Cuestionario

Instrucciones: lea cuidadosamente cada una de las siguientes preguntas y conteste con las palabras **cierto** o **falso**.

- ❖ ¿Es verdad, que si alguien se quiere mucho se vuelve egoísta?
- ❖ ¿Es verdad, que si uno no sabe hacer algo bien, no se debe tratar de hacer?
- ❖ ¿Es verdad, que para sentirse seguro de uno mismo es necesario ser atractivo físicamente?
- ❖ ¿Es verdad, que con los papás se puede ser asertivo?
- ❖ ¿Es verdad, que si ya se comunico algo una vez, no hace falta repetirlo?
- ❖ ¿Es verdad, que una manera de demostrar madurez es ocultar nuestros sentimientos?
- ❖ ¿Es verdad, que al comunicar claramente nuestros sentimientos y deseos a nuestra pareja se pierde el romanticismo?
- ❖ ¿Es verdad, que solo el hombre puede decir abiertamente lo que siente y piensa?
- ❖ ¿Es verdad, que la gente asertiva vive más tranquila consigo misma que la pasiva?
- ❖ ¿Es verdad, que ser asertivo requiere práctica?
- ❖ ¿Es verdad, que la mujer que manifiesta abiertamente lo que desea, piensa o siente, pierde feminidad?

ANEXO 22

VISULIZACIÓN

El facilitador indica que se va a realizar una técnica de relajación y proporciona las siguientes indicaciones:

1.- Sentados con la espalda completamente recargada al respaldo de la silla, sin cruzar piernas, ni brazos; cerrando los ojos suavemente, llevando la respiración de manera profunda a ritmo de cuatro tiempos:

- a) Ritmo uno: tomar aire por la nariz.
- b) Ritmo dos y tres: contener el aire en el diafragma.
- c) Ritmo cuatro: soltar el aire por la boca suavemente.

2.- Llevarlos con este ritmo de respiración durante cinco veces con una voz suave.

3.- Mientras se lleve la ejercitación de la respiración, el promotor observa que todos los participantes tengan la posición correcta. En caso de que uno tenga los pies cruzados, con suavidad repetirá la orden de no cruzar las piernas.

4.- Se enciende la música en volumen bajo.

5.- Se les indica que se vayan contactando con su respiración, mencionando que se concentren de tal manera que se enfoquen en su respiración cada vez más profunda.

6.- Es importante mencionar que deben olvidarse de sus problemas y de todos los ruidos exteriores.

7.- Manteniendo un tono suave, comience a leer la meditación. Sea muy respetuoso en lo que concierne a la acentuación y matiz de la voz.

8.- Trate usted de estar imaginando lo que se dice, dé tiempo a que ellos imaginen.

9.- Es importante mantenerse en un solo punto, para que el volumen de la voz sea siempre el mismo.

Unos ojitos te miran y te observan noche y día.

Hay unas orejitas que en un instante aptan toda palabra que pronuncias.

Hay unas manitas que están ansiosas por hacer todo lo que tú haces.

Hay un niño que sueña con el día en que será como tú.

Tú eres el ídolo de ese pequeñito; tú eres el más sabio de los sabios.

Sobre ti, en su mente jamás surge sospecha alguna.

Cree en ti con devoción, dice que todo lo que tú haces y dices,

Hará y dirá, en la misma forma que tú, cuando sea grande como tú.

Hay un niño con ojos muy abiertos, y piensa que tú siempre tienes la razón.

Y sus oídos siempre están abiertos, y él observa noche y día.

Tú le pones el ejemplo todos los días, con todo lo que haces

Al niño que está esperando crecer para ser como tú.

Anónimo

10.- Una vez terminada la lectura, el facilitador invita a que vayan regresando a su respiración normal. Que hagan una respiración profunda y que regresen a su aquí y ahora, además de que vayan con lentitud teniendo movimientos lentos de manos, pies, rodillas, etc.

11.- Invite a que, al tiempo de cada uno, vayan abriendo los ojos.

ANEXO 23

EJERCICIO 1. ¿Qué es un valor?

¿Para ti, quién de estas dos personas es más valiosa?



ANEXO 24

VISULIZACIÓN

“EL NAUFRAGIO”

El facilitador indica que se va a realizar una técnica de relajación y proporciona las siguientes indicaciones:

1.- Sentados con la espalda completamente recargada al respaldo de la silla, sin cruzar piernas, ni brazos; cerrando los ojos suavemente, llevando la respiración de manera profunda a ritmo de cuatro tiempos:

a) Ritmo uno: tomar aire por la nariz.

b) Ritmo dos y tres: contener el aire en el diafragma.

c) Ritmo cuatro: soltar el aire por la boca suavemente.

2.- Llevarlos con este ritmo de respiración durante cinco veces con una voz suave.

3.- Mientras se lleve la ejercitación de la respiración, el promotor observa que todos los participantes tengan la posición correcta. En caso de que uno tenga los pies cruzados, con suavidad repetirá la orden de no cruzar las piernas.

4.- Se enciende la música en volumen bajo.

5.- Se les indica que se vayan contactando con su respiración, mencionando que se concentren de tal manera que se enfoquen en su respiración cada vez más profunda.

6.- Es importante mencionar que deben olvidarse de sus problemas y de todos los ruidos exteriores.

7.- Manteniendo un tono suave, comience a leer la meditación. Sea muy respetuoso en lo que concierne a la acentuación y matiz de la voz.

8.- Trate usted de estar imaginando lo que se dice, dé tiempo a que ellos imaginen.

9.- Es importante mantenerse en un solo punto, para que el volumen de la voz sea siempre el mismo.

Imagina por un momento que tú y tu familia realizan un viaje en barco, ha sido el sueño de toda su vida, han ahorrado durante mucho tiempo para realizar este crucero, el barco es grande y blanco. En él viajan también otras familias como la tuya. Trata de visualizar a cada uno de tus hijos, cómo están, cómo se sienten... el día es hermoso, el Sol brillan intensamente; puedes percibir el aroma del mar, sientes como el viento toca tu rostro. Te sientes inmensamente feliz.

Al atardecer, el cielo comienza a nublarse, se aproxima una tormenta. El capitán y los marineros ponen en alerta a la tripulación, comentan que hay mal tiempo y les indican no estar en la proa mientras pasa la tormenta.

Al anochecer, mientras tú y tu familia duermen se escucha un estruendo que los despierta. Abres la puerta del camarino y te asomas, las personas se encuentran gritando y corriendo por los pasillos. El barco va a naufragar. Tomas a tu familia y les colocan los chalecos salvavidas; subes a la proa y te

das cuenta que sólo queda un bote salvavidas para tu familia, sin embargo hay otras familias que desean ocupar ese lugar. ¿Por qué tendría que viajar tu familia en ese bote? Trata de respetar a cada uno de los miembros de tu familia, piensa en cuáles son sus cualidades, valores y actitudes” que los hace merecedores de tener la oportunidad de continuar viviendo.

10.- Una vez terminada la lectura, el facilitador invita a que vayan regresando a su respiración normal. Que hagan una respiración profunda y que regresen a su aquí y ahora, además de que vayan con lentitud teniendo movimientos lentos de manos, pies, rodillas, etc.

11.- Invite a que, al tiempo de cada uno, vayan abriendo los ojos.

ANEXO 25

EJERCICIO 1. La socialización

La familia se define como un pequeño grupo de personas que comparten un hogar y una forma de ver el mundo. Las funciones idealizadas de la familia son proteger al niño, alimentarlo, cuidarlo, darle seguridad, confianza, cariño y nutrición amorosa; lo guía, lo enseña, lo estimula, lo educa. Así, la familia se encarga de velar por el crecimiento correcto de los hijos, de cubrir sus necesidades e incorporarlos a la sociedad como personas autónomas e independientes, es decir, la familia tiene la función de la socialización.

Con la socialización, la familia prepara a los hijos para enfrentar y ver la vida y el mundo; los niños y las niñas aprenden a entender los acontecimientos, a establecer relaciones con los demás y con todo lo aprendido en el seno familiar, se determinan las relaciones de poder, inequidad, las diferencias sociales, las formas de castigar o recompensar, lo que hace un hombre, lo que hace una mujer, la forma de solucionar conflictos, la definición de lo bueno y de lo malo, lo prohibido y lo aceptado, la expresión de sentimientos y emociones, frustraciones, miedos; se aprenden las reglas o la disciplina de la familia para luego incorporar las reglas de las demás instituciones y de la sociedad misma. Con la socialización se incorporan todos estos valores, mitos y estereotipos sociales que la sociedad y la cultura imponen y se determinan las formas de pensar y de comportarse de cada uno de los miembros de la familia.

En síntesis, en la familia también se aprende a establecer las relaciones de abuso de poder y las relaciones equitativas, a solucionar conflictos mediante la violencia

o a dialogar y negociar, a someter y controlar a quienes somos “inferiores” –la mujer, el menor, el diferente, el más desprotegido- o a brindar un trato propicio para el desarrollo integral de sus miembros.

A la familia se le ha concebido como la máxima institución de formación de cada uno de los individuos y se le ha idealizado porque se cree que la armonía y el amor están ahí; sin embargo, la realidad muestra que en la familia hay también desamor y violencia; esta última queda como secreto familiar, sucede pero no se habla de ella, está presente pero no se busca ayuda, por el contrario, se oculta.

En la familia se requieren principios y valores que organicen la convivencia cotidiana, por la cual está disciplina familiar que tiene dos funciones: controlar y apoyar a los integrantes. El control es dirigir a los hijos presionándolos para que logren lo que los padres esperan de ellos; el apoyo es hacer sentir a los hijos que son aceptados y queridos.

ANEXO 26

EJERCICIO 2. Camino hacia la libertad y la autonomía

Enumere seis cualidades que, según usted, debe poseer una persona libre y autónoma.

- 1.- _____ 2.- _____
3.- _____ 4.- _____
5.- _____ 6.- _____

¿Se considera usted una persona autónoma? _____

¿Porqué? _____

¿Toma sus propias decisiones en asuntos importantes para usted?

SI	NO	ALGUNAS OCACIONES
----	----	-------------------

¿Porqué? _____

¿Se considera una persona totalmente libre?

SI	NO	ALGUNAS OCACIONES
----	----	-------------------

¿Porqué? _____

ANEXO 27

EJERCICIO 3. Cuestionario

INSTRUCCIONES: Coloca una “X” en la casilla de tu respuesta. Se sincero (a) con tu respuesta.

PREGUNTA	SI	NO	ALGUNAS VECES
¿TÚ LE HAS PERMITIDO A TU HIJO EJERCER SU AUTONOMÍA?			
¿TÚ HIJO RECONOCE CON FACILIDAD CUANDO COMETE UN ERROR Y PIDE DISCULPAS?			
¿CONSIDERAS QUE EN ALGUNAS OCACIONES SE VUELVE EGOÍSTA PENSANDO SOLO EN ÉL?			
¿TÚ HIJO COOPERA EN LOS QUEHACERES DEL HOGAR SIN QUE TÚ SE LO PIDAS?			
¿LE RESUELVES PROBLEMAS QUE ÉL PUEDE SOLUCIONAR POR TRATAR DE QUE SE HAGAN MÁS RÁPIDO O A TU MANERA?			
¿TU HIJO HACE LA TAREA PORQUE TÚ LE DICES O PORQUE ÉL DECIDE HACERLA?			
¿PERMITES QUE TU HIJO SE VISTA COMO ÉL QUIERE?			
¿TU HIJO TE HA HECHO CAMBIAR DE PARECER CUANDO TE DICE “NO ES JUSTO”?			
¿TU HIJO TE PIDE RENEGOCIAR ALGUNA SITUACIÓN Y TÚ NO LO PERMITES, PORQUE CONSIDERAS QUE TÚ TIENES LA ÚLTIMA PALABRA?			
¿HAS HECHO CÓMPLICE A TU HIJO DE UNA DE TUS MENTIRAS?			
¿TU HIJO REALIZA ALGUNA ACTIVIDAD EXTRAESCOLAR?			
¿TE HAS HECHO EL PROPÓSITO DE ENSEÑARLE A TU HIJO ALGO NUEVO CADA DÍA?			

¿ESTOY EDUCANDO A MI HIJO PARA SER UNA PERSONA AUTÓNOMA Y LIBRE?

ANEXO 28

“LA AUTONOMÍA COMO FINALIDAD DE LA EDUCACIÓN”

Texto para el padre de familia (ejercicio 3)

Una persona que ejerce su autonomía es capaz de pensar, decidir y actuar por sí misma. Una persona autónoma es alguien que se conduce de acuerdo con sus valores y convicciones; que sabe distinguir la conducta aceptable y la que no lo es; que es responsable de sus actos y no permite que los demás decidan por ella.

La verdadera autonomía está acompañada de responsabilidad. Una persona autónoma es responsable, toma en cuenta las consecuencias de sus acciones; no hace lo que se le antoja en el momento en que se le ocurre y tampoco echa la culpa a otro de lo que sucede; reconoce con claridad sus necesidades y las satisface, pero también considera las necesidades y puntos de vista de las personas afectadas por su conducta.

La autonomía no puede estar separada del respeto y la consideración. La persona autónoma es amable y generosa, expresa su interés sincero por el bienestar y derechos de los demás a través de sus acciones: comparte, ayuda, estimula y atiende. El desarrollo de la autonomía es un proceso que se da junto con la evolución de todos los demás aspectos de la vida y requiere madurez, aprendizaje y experiencia.

En la etapa escolar, nuestro hijo todavía requiere de ciertos límites que los hagan sentir seguro. El niño tiene que aprender a distinguir lo que en verdad quiere, de lo que los otros esperan que haga, pero también necesita reconocer cuándo es posible obtener lo que desea y cuándo tiene que esperar o renunciar; en qué circunstancias puede decidir y en cuáles tiene que obedecer. Se necesita la autoridad de los padres para encontrar el equilibrio entre su libertad y su responsabilidad.

Cuando es pequeño acepta obedecer las normas si todos los demás lo hacen. Su justicia es la ley del Talión: “Si me hacen, yo hago”, “Si me pegas, te pego”. A

medida que crece, descubre lo que él considera sus derechos y se da cuenta de que lo mejor es respetar las reglas, ya que también lo benefician a él.

Aprender a convivir bajo ciertas normas es crucial para la vida social, por eso es fundamental mantenerse firmes y no aceptar discutir las cuestiones trascendentes. En cambio, es recomendable dejarlo decidir asuntos personales, como la organización de su tiempo, la manera en cómo se peina y se viste, las actividades que prefiere, los amigos que elige, etc. Es formativo que nuestro hijo vaya asumiendo riesgos en cuestiones que no implique peligro o un costo elevado para él u otras personas; que sepa que cada vez que escoge se produce una consecuencia que él tendrá que asumir. Podemos guiarlo para que sus elecciones sean adecuadas, pero tenemos que dejarlo decidir, permite que se equivoque y aprenda de sus errores.

En la etapa escolar empieza a negociar para obtener lo que quiere y pide explicaciones de cada una de las reglas que debe obedecer.

“¿Porqué he de visitar a mis abuelos?”, “¿Por qué tengo que irme a dormir temprano?”, etc. Es normal que en ocasiones sea rebelde y hasta agresivo; no necesita discutir y probar distintas conductas para aprender a reconocer y elegir los comportamientos que lo hacen sentir más satisfecho. Por fortuna en esa etapa ya se puede razonar con él, pues el desarrollo de su inteligencia le permite comprender puntos de vista diferentes a los suyos. Esto significa que comienza a aparecer un elemento importante de la ética madura: la preocupación por el bienestar del otro.

Educar para la autonomía supone que los padres nos esforzamos para actuar con libertad, responsabilidad e independencia. Los niños aprenden observando a sus padres. Una de las mejores formas en que podemos enseñar a nuestros hijos a comportarse de manera responsable e independiente es mediante el ejemplo. Es necesario tratar de comprometernos cada vez más con nuestros proyectos, decidir con responsabilidad y hacernos cargo de nuestra vida.

ANEXO 29

CARTA A MI HIJO

Amor, quiero decirte en esta carta lo mucho que te amo, lo importante que eres para mí, que desde que supe de tu existencia mi alegría brotó como la fuente del jardín, con agua clara y fresca. Recuerdo la sensación de llevarte en mí, cuando sentía tus pataditas en mi panza era como si tuviera hormiguitas recorriéndome la piel. En las noches imaginaba tu carita, especulaba el sexo que tendrías. A veces pensaba en una niña, otras en un niño, y finalmente llegaste tú. Cuando por fin pude tenerte en mis brazos no podía creerlo, eres una cosita tan dulce y tan bella, que no daba crédito de tan infinita bondad. Con el tiempo fuiste creciendo y tus travesuras y ocurrencias me hacían sentir sorprendida como cuando los reyes magos llegaron a casa con los juguetes que habías pedido. Me maravillo de verte crecer.

Sé que en muchas ocasiones te he forzado a hacer cosas que tú no querías, que en ese afán por ayudarte a crecer y madurar te he ofendido y te he agredido, lastimado tu corazón y tus sentimientos. Quiero que sepas que no he querido hacerte daño. Me siento avergonzada de no saber cómo actuar, como en aquella ocasión en que por no tender tu cama te grite y te dije cosas muy feas. Esta situación aún me hace sentir triste como cuando pierdes algo que quieres mucho. Me siento arrepentida de haberte lastimado y haberte dicho que eras un tonto y un inútil. Eso no es cierto, tu eres el más maravilloso de los hijos, eres un ser especialmente noble. Tu alegría me hace sentir feliz y me he preguntado muchas veces cómo es posible que te haga daño, si eres como un pajarito dentro de su nido. Sé que quieres volar y hacer cosas por ti solo y que yo no te lo he permitido, pero no es porque no quiera que lo hagas, sino porque tengo miedo como cuando tú tenías miedo a la obscuridad. Así es mi miedo, miedo a que te lastimen o a perderte. Sé que tengo que superarlo, pero te pido que me comprendas un poco. Sé que un día podrás volar, pero ten paciencia porque aun tienes mucho que aprender sobre el vuelo.

Quisiera hijo mío, que cuando emprendas el vuelo puedas llevar contigo mi amor, deseo infinitamente que seas un hombre de bien, que te conviertas en un hombre noble, honrado y sensato. Que no dudes nunca de enfrentar la vida con dignidad porque eso yo te lo he enseñado. Quiero que a lo lejos, cuando yo ya no esté aquí mi recuerdo te acompañe siempre.

Perdóname hijo porque las tantas ocasiones en que me has querido contar cosas y yo no te he escuchado, perdóname por no darme el tiempo necesario para jugar contigo, perdóname por pensar que tengo más cosas importantes que la dicha de

convivir juntos. Me siento apenada contigo que quisiera esconderme debajo de una cobija como cuando tu re escondías de mí, pero no puedo hacerlo, por eso el día de hoy te escribo esta carta con todo mi corazón para decirte lo orgullosa, feliz y contenta que me siento de tener un hijo como tú, mis sentimientos son como en aquella ocasión que nos fuimos de vacaciones y disfrutamos al máximo nuestro paseo o como cuando jugamos a mojarnos con la ropa puesta. Quiero que sepas que te amaré el resto de mi vida y que lo que más deseo es que tú puedas volar con tus propias alas.

(Silvia Bonilla Álvarez)

ANEXO 30

EJERCICIO 1. Fotografía

INSTRUCCIONES: Si este fuera el marco de una fotografía de tu familia, quiénes, dónde y cómo estarían. Elabora un dibujo.



ANEXO 31

EJERCICIO 2. EVALUANDO MIS RELACIONES FAMILIARES

1. Mi relación con mi pareja la considero:

- a) Muy buena b) Buena c) Regular d) Mala

2. Mi relación con mi hijo (a) la considero:

- a) Muy buena b) Buena c) Regular d) Mala

3. Puedo hablar con mi hijo y expresar abiertamente mis emociones

- a) Si b) No c) En algunas ocasiones

4. ¿Quiero, respeto y comprendo a mi pareja?

- a) Siempre b) Nunca c) Sólo en algunas ocasiones

5. ¿Quiero, respeto y comprendo a mi hijo?

- a) Siempre b) Nunca c) Sólo en algunas ocasiones

6. ¿Puedo demostrar mis sentimientos con toda libertad sin sentirme atacada o cuestionada?

- a) Siempre b) Nunca c) Sólo en algunas ocasiones

7. Considero que mi relación con los miembros de mi familia es:

- a) Muy buena b) Buena c) Regular d) Mala

8. ¿Qué puedo hacer para mejorar mi relación afectiva con mi pareja?

9. ¿Qué puedo hacer para mejorar mi relación afectiva con mi hijo?

FUENTES CONSULTADAS

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- **ARTOLA**, Amanda. *La familia en la sociedad pluralista*. Buenos Aires: Espacio. 2000.
- **AVANZINI**, Guy. *Fracaso escolar*. Barcelona: Herder, 1969.
- **BAYRON**, Robert A. *Psicología*. Prentice Hall.
- **BENNETT**, Michel, *Autoconocimiento*. Valencia 2008
- **BERNAL**, Aurora, et al. *La familia como ámbito educativo*. Barcelona: Rialp, 2005.
- Biblioteca Práctica de Comunicación. Autodominio. Océano.
- **BIRD** Francke, Linda. *Los hijos frente al divorcio*. México: Diana, 1990.
- **BOUJON**, Christophe. *Aprovechamiento escolar: reprobación y deserción*. Madrid: Naruea, S.A. 1999.
- **De URDANETA**, Yolanda. *Los hijos del divorcio*. Caracas: Disimlmed, 1994.
- Diccionario de las ciencias de la educación. Santillana, México. 1995
- **DOLTO**, Françoise. *Cuando los padres se separan*. Barcelona: Paidós, 1989.
- **ESCUADERO**, Juan M. *Fracaso escolar, exclusión social: ¿de qué se excluye y cómo?* Revista de currículum y formación de profesorado, vol. 9 núm. 1, 2005.

- **FROMM**, Erich. *El Arte de Amar*. Altaya. España. 1999
- **GARDNER**, Richard. *Las preguntas de los niños sobre el divorcio*. México: Trillas, 2005.
- **GIMENO**, Adelina. *La familia: el desafío de la diversidad*.
- **JADUE**, Gladys J. *Características familiares de los hogares pobres que contribuyen al bajo rendimiento o al o fracaso escolar de los niños*. Revista de psicología de la PUCP. Vol.XIV. no. 1. 1996.
- **LOPEZ**, Sánchez Félix. *Separarse sin grietas. Sufrir menos y hacerlo bien con los hijos*. Barcelona: GRAO, 2010.
- **LUCIANO**, Abel. *Éxito o fracaso*. Ed. Punto fijo.
- **MACGREGOR**, Cynthia. *El divorcio explicado a los niños. Como ayudar a afrontar el divorcio de los padres*. Obelisco 2004
- Manual de la educación, (2002), Océano Grupo Editorial, S.A., Barcelona, España.
- **MARDOMINGO**, María Jesús. *El entorno social, niño y adolescente: familia, adolescencia, adopción e inmigración*. Barcelona: Aleites.1998
- Máster Biblioteca Práctica de Comunicación. *Autodominio*. Ed. Océano.
- **MUÑOZ**, Carlos. *Causas de la deserción escolar*. Barcelona: CUS, 1975.
- **OLGUIN**, Palmira del Carmen, et al. *Manual de la Familia*. México: CONAPO. 1982.
- **PEREIRA** de Gómez, María Nieves. *El niño abandonado: familia, efecto y equilibrio personal*. México: Trillas, 2000.

- **PERRENOUD**, Philippe. *La construcción del éxito y el fracaso escolar. Hacia un análisis del éxito, del fracaso y de las desigualdades como realidades construidas por el sistema escolar.* Morata, Madrid. 1920.
- Plan de estudios 2011. Educación Básica. SEP, México. 2011.
- **POPKIN**, Michael. *Como lograr que sus hijos triunfen en la escuela.* México: Selector, 1999.
- **POUSSIN** Gerard, Elisabeth Martin-Lebrun. *Los hijos del divorcio.* México: Trillas, 1999.
- **RODRIGO**, Ma. José, et al. *Familia y desarrollo humano*
- **SANCHEZ** A. José Luis. *El divorcio en México: antecedentes, evolución y perspectivas*
- **SANCHEZ**, Serafín. *Niños y jóvenes en desventaja ante la educación: causas y consecuencias del absentismo y del fracaso escolar.* Revista de estudios de juventud 2001.
- **SAVATER**, Fernando. *Ética para Amador.* Ed. Ariel.
- **SEGUEL**, A. *Psicología del desarrollo.* 2000.
- **STACEY**, Mary. *Los padres y maestros en equipo: Trabajo conjunto para la educación infantil.* México: Trillas, 1996.

REFERENCIAS ELECTRÓNICAS

- **AYALA**, Jorge. *Valores y normas éticas.* Universidad de Zaragoza. Disp. En: www.bu.edu/wcp/Papers/Valu/VAluAyal.htm

- **BARRENCHEA**, Rodrigo. *El amor dura máximo cuatro años, según científicos mexicanos* 14/02/2008. Disp. En: www.tecnologíahechapalabra.com
- **DIAZ**, Guadalupe. *Divorcio*. Disponible en: www.monografias.com/trabajos4/leyes/leyes.shtml. 2011
- **ESCUADERO**, Muñoz. Juan Manuel. *Fracaso escolar, exclusión social: ¿De qué se excluye y cómo?* Revista de currículum y formación de profesorado, vol 9. Núm 1, 2005. Universidad de Granada. Granada, España. Disp. En: www.redalyc.org/artículo.09?id=56790102.
- **ESPINOSA**, Alberto. *Adulterio ya no será delito*. Disp. En: www.sexenio.com.mx
- **FERMOSO**, Ponciano. *La familia y la profesionalización del educador / pedagogo social*. Disponible en: www.raco.cat/index.php./Educaciónsocial/article/viewFile/167225/291687
- **FRANCO**, Luciano. *Retiran lectura de Epístola de Melchor Ocampo en matrimonios*. Disp. en : www.cronica.com.mx
- **FULLANA**, Noell. Judith. *La búsqueda de factores protectores del fracaso escolar en niños en situaciones de riesgo mediante un estudio de casos*. Revista de investigación Educativa, 1998. Vol. 16, no. 1. Disp. En : www.revistas.um.es/rie/article/wiewfile/109441/104061
- **GAMBOA** Albornoz, Luis Jorge. *El duelo y sus etapas*. Marzo 2008. Disponible en: www.gruporenacer.worspress.com/2008/03/17/el-dielo-y-sus-etapas/
- **GIANELLA**, Carolina. *Efectos psicosociales del divorcio en los hijos*. Disp. En: www.ctv.es/USERS/emausfamilia/mf/efecto.htm

- **GODOY**, H. Alejandra. *¿Cuánto dura el amor?* Disp. En: www.sexenio.com.mx
- **GUERRERO**, F. David. *Amores y contratos. La ley del Matrimonio civil de 1859.* Disp. En: www.bicentenario.gob.mx/reforma/index.php?option=com
- **HERNANDEZ**, Eduardo. *Como mejorar las relaciones familiares.* Disp. En: www.tupediatria.com/mnyy/adaptacionconductas/mnyy32.html
- **JADUE**, Gladys. *Factores psicológicos que predisponen el bajo rendimiento, al fracaso y a la deserción escolar.* Estudios pedagógicos, Chile. N° 28, 2002. Disp. En: www.scielo.conicyt.cl
- **LOPEZ** Trujillo, Alfonso. *Familia, Matrimonio y Uniones de hecho.* 2000. Disp. En: www.vatican.va
- **LOZANO**, Díaz. Antonia. *Factores personales, familiares y académicos que afectan al fracaso escolar en la educación secundaria.* Almeria, España. Disp. En: www.redalyc.org/html/29317293152876002/
- **MELLA**, Orlando, et al. *Rendimiento escolar. Influencias diferenciales de factores externos e internos.* Sistema de Información Científica. Redalyc. Vol. XXIX, núm. 1, 1999. Disp. En: www.redalyc.org/html/270/27029103
- **PRIETO**, Quezada. Ma.Teresa. et al. *Fracaso escolar y su vínculo con el maltrato entre alumnos: el aula como escenario de la vida afectiva.* Revista Iberoamericana de educación 2009. Disp. En: www.choolbullying.eu/doc/fracaso_escolar_maltrato_alumnos.pdf
- **RAHEB**, Vidal. Carolina. *El niño y las vicisitudes de la separación*". Disp. En: www.paidopsiquiatria.cat/archivos/texto_niño_vicisitudes_divorcio.pdf

- *Relación de Divorcio y Rendimiento Escolar 2012*. Disp. En: www.file:///G:/desintegración-familiar-vs-rendimiento-academico.shtml
- **RUSSEK**, Silvia. *Consecuencias del divorcio*. Crecimiento y bienestar emocional. Disp. En: www.crecimiento-y-bienestar-emocional.com/consecuencias.html
- **SANCHEZ**, Alvarado. José Luis. *El divorcio en México: Antecedentes, evolución y perspectivas*. Disp. En: www.galizart.fiestras.com/futuretense_cs/archivo/EI%20DIVORCIO%20ENMEXICO.
- **SANCHEZ**, Serafín. *Niños y jóvenes en desventaja ante la educación: causas y consecuencias del absentismo y del fracaso escolar*. Revista de estudios juventud 2001_injue.es Disp. En: www.injuve.es/sites/default/files/revista52-3.pdf
- **SEGUEL**, A, et al. *Psicología del desarrollo*. 2000. Disp. En: www.psicoterapeutas.com/terapia_de_pareja/divorcio_hijos.html
- **TORRES**, Rosa María. *Los achaques de la educación*. Disp. En: http://books.google.com.mx/books?id=EHHObinBntwC&hl=es&source=qbs_toc_r&cad=3
- **VALDÉS**, C. Ángel. et al. *Desempeño académico en hijos de padres casados y divorciados*. Revista Mexicana de Orientación Educativa. Vol.8. núm. 20. México 2011 disp. En: www.pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=51665-75272011000100004&script=sci-arttext
- **VALLADARES**, Gonzales. Anay Marta. *La familia. Una mirada desde la psicología*. Medisur. Vol. 6. Núm. 1. 2008. Disp. En: www.medisur.sld.cu/index.php/medisur/article/view/402/319
- **VILLEGAS**, Peña. María Eugenia. *Familias de padres divorciadas*. Disp. En: www.medicina.udea.edu.com

- American Academy of Child and Adolescent. *El divorcio*. Disp. En: www.inteligencia-emocional.org
- www.esmas.com/salud/home/noticiashoy/430171.html
- <http://www.xtec.es/~mcodina3/familia/funcio.htm>
- www.vidahumana.org/vidafam/iglesia/divorcio.
- www.divorcioexpressdf.com
- *Separación y divorcio: consecuencias económicas*. Revista consumer.es 2004 disp en : <http://revista.consumer.es/web/es/20040101/actualidad/informe1/67542.php>
- www.inegi.org.com