

Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Occidente

Reconocimiento de validez oficial de estudios de nivel superior según acuerdo
secretarial 15018, publicado en el Diario Oficial de la Federación del 29 de noviembre
de 1976.

Departamento de Psicología, Educación y Salud
Maestría en Desarrollo Humano



**El reconocimiento de los introyectos en padres, madres o
tutores para fortalecer el vínculo afectivo con su hijo-hija
adolescente**

TRABAJO RECEPCIONAL que para obtener el **GRADO** de
MAESTRO EN DESARROLLO HUMANO

Presenta: **ISAAC AGUILAR MARÍN**

Asesora **ANA ARACELI NAVARRO BECERRA**

Tlaquepaque, Jalisco. 03 de abril de 2025

Agradecimientos

Deseo agradecer a Dios por el don de la vida y que este bello regalo me permitió superarme con la finalidad de ser reconstruyendo su reino aquí en la tierra.

Gracias a mi esposa Marisol por su paciencia al mostrarme que el amor lo puede y se puede demostrar en esa entrega de generosidad cada vez que venía a clases y hacía tareas.

A mis hijos Diego, Damián, Dánae y Daniel, por darme de su tiempo para lograr los estudios de posgrado.

Gracias a mis padres, hermanos y familia por confiar en mí.

Gracias a cada uno de mis maestros y maestras por permitir enamorarme del Desarrollo Humano en cada una de las clases y con su acompañamiento tan cercano hacia mi persona.

Gracias a cada una de las personas que me apoyaron en mis estudios, sacerdotes, directivos, administrativos; en cada lugar que he estado buscaron la manera de apoyarme para concluir.

Resumen

Este trabajo de intervención se enmarca en el campo del Desarrollo Humano, cuyo propósito fue que padres, madres o tutores que tengan hijos e hijas adolescentes, reconozcan sus introyectos para atenderlos y cambiarlos en la medida de lo posible, de manera que se fortalezca el vínculo afectivo por medio de la comprensión empática, la escucha y la aceptación positiva incondicional. La intervención se llevó a cabo por medio de un taller titulado *El desafío de tener un hijo o hija adolescente*. Se recurrió a una metodología cualitativa, el método de investigación acción participativa y el método fenomenológico.

Entre los resultados, destaca que las madres, padres y tutores identificaron patrones en la relación con sus padres, reconocieron introyectos relacionados con la manera de cubrir necesidades básicas de la familia, las cuales, en ocasiones ponderan y dejan de lado las afectivas, siendo estas fundamentales en el vínculo afectivo. Algunas madres, padres y tutores reconocen la necesidad de identificar y cambiar sus introyectos para fortalecer el vínculo afectivo con sus hijas-hijos adolescentes.

Palabras clave: introyectos; padres, madres y tutores, vínculo afectivo, adolescentes.

Índice

INTRODUCCIÓN	7
CAPÍTULO I LA PERSONA Y SU IMPLICACIÓN DESDE EL CAMPO DEL DESARROLLO HUMANO	10
1.1 PERTINENCIA DEL TEMA-PROBLEMA DESDE EL DESARROLLO HUMANO	10
1.2 IMPLICACIÓN PERSONAL.....	13
CAPÍTULO II PROBLEMATIZACIÓN.....	16
2.1 LA IMPORTANCIA DE PONER ATENCIÓN EN HIJAS-HIJOS EN LA ETAPA DE ADOLESCENCIA	16
2.2 ÁRBOL PROBLEMA.....	18
2.3 CAUSAS.....	19
2.3.1 Mandamientos impuestos por la sociedad y cultura por medio de castigos de los padres.	19
2.3.2 Frases marcadas, discursos y gestos por los padres	19
2.3.3 La sobreprotección y sobre valoración hacia el hijo.....	19
2.3.4 Trabajos con salarios precarios y exceso de tiempo en los traslados	20
2.3.5 Reconocimientos marcados por la educación al mejor promedio	20
2.4 CONSECUENCIAS.....	21
2.4.1 Desconfianza al expresar sus ideas y emociones	21
2.4.2 Miedo de qué dirán los padres y defraudarlos.....	21
2.4.3 Introyectos que limitan la relación entre padres e hijos	21
2.4.4 Búsqueda de identidad en la relación familiar.....	22
2.5 ACERCAMIENTO A LA POBLACIÓN	22
2.5.1 CATEGORÍAS	23
2.5.2 SER PROVEEDOR ES MÁS QUE PROVEER EDUCACIÓN	24
2.5.3 EL MIEDO A MOSTRAR LA VULNERABILIDAD ANTE LOS HIJOS.....	25
2.5.4 CONFUSIÓN DE AFECTO VERBAL Y NO VERBAL	26
2.5.5 MIEDO A CONFRONTAR A LA AUTORIDAD Y OBEDIENCIA	26
2.6 DETECCIÓN DE NECESIDADES	27
2.6.1 Descubrir cuáles necesidades no fueron cubiertas en la infancia y de qué manera limitan la relación con los hijos.....	27
2.6.2 ¿De qué forma la postura paterna, condiciona la relación con los hijos?.....	28
2.6.3 La afectividad en la relación con el hijo.....	28
2.6.4 ¿Impongo miedo o respeto?.....	28
2.7 REFLEXIÓN.....	28
2.8 PREGUNTA DE INTERVENCIÓN, PROPÓSITOS Y OBJETO DE INTERVENCIÓN	30

<i>Pregunta de intervención.....</i>	<i>30</i>
<i>Propósito general.....</i>	<i>30</i>
<i>Propósitos particulares:</i>	<i>30</i>
<i>Objeto de intervención.....</i>	<i>30</i>
CAPÍTULO III FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA.....	31
3.1. LA ADOLESCENCIA.....	31
3.2. SER PADRE O MADRE	36
3.3. INTROJECTOS	42
3.4. PATRONES DE CONDUCTA	46
3.5. EL FORTALECIMIENTO DE VÍNCULOS AFECTIVOS ENTRE HIJOS E HIJAS CON PADRE Y MADRE	47
3.5.1 Reconciliarse con padre y madre	47
3.5.2 Fortalecimiento del vínculo entre padres e hijos adolescentes	49
3.6 GRUPOS NUTRICIOS	52
3.7 DESARROLLO HUMANO.....	54
3.7.1 Enfoque Centrado en la Persona	54
3.7.2 Actitudes básicas y habilidades de la relación	56
3.7.3 El papel del facilitador.....	57
3.8 CONCLUSIÓN.....	58
CAPÍTULO IV FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA	61
4.1 METODOLOGÍA CUALITATIVA.....	61
4.2 MÉTODO INVESTIGACIÓN ACCIÓN PARTICIPATIVA	61
4.3 MÉTODO FENOMENOLÓGICO	63
4.4 EL TALLER COMO TÉCNICA DE INTERVENCIÓN	63
4.5 CONSIDERACIONES ÉTICAS	64
CAPÍTULO V PROCESO EXPERIENCIAL DE LA INTERVENCIÓN	66
5.1 A continuación se presentan las dificultades, errores, aciertos y sugerencias presentadas en el taller.	66
5.1.2.- ¿Qué pasó con los participantes y su proceso en el taller?.....	69
5.1. 3.- ¿CÓMO ES LA POBLACIÓN?	82
5.1.4.- ¿QUÉ DESCUBRIMIENTOS SURGEN A RAÍZ DE LOS TEMAS Y QUÉ APORTAN AL DESARROLLO HUMANO?.....	84
5.1.5.- REFLEXIÓN DE LAS SESIONES CON MI GRUPO DE SUPERVISIÓN	85
5.1.6 CONCLUSIÓN.....	86
5.2 Lo que le paso a la población durante el taller.	87
5.4 MI FORMA DE FACILITAR.....	115
CAPÍTULO VI RESULTADOS DE LA INTERVENCIÓN	117

6.1 EL DEBER Y RESPONSABILIDADES DE SER PADRE O MADRE	119
6.1.1.- <i>Ser proveedor y cubrir necesidades económicas</i>	120
6.1.2 <i>El cuidado y la seguridad</i>	122
6.1.3.- <i>Educar para inculcar valores</i>	124
6.2 LA DIFERENCIA ENTRE SER HIJO O HIJA ADOLESCENTE DESDE MI HISTORIA EN LA RELACIÓN DE AFECTO CON MIS PADRES ...	125
6.2.1.- <i>¿Cómo se vive un adolescente?</i>	126
6.2.2.- <i>La diferencia entre ser hijo o hija de un adolescente</i>	128
6.2.3.- <i>Reconocimiento e identificación de sentimientos, contacto físico, verbal con el padre y la madre</i>	131
6.2.4.- <i>La obediencia, el castigo físico y verbal en la relación con sus padres</i>	133
6.3 RECONOCER MIS INTROYECTOS PERMITEN RELACIONARME CON MI HIJO O HIJA DESDE LA COMPRENSIÓN EMPÁTICA Y LA ACEPTACIÓN POSITIVA INCONDICIONAL.....	134
CAPÍTULO VII CONCLUSIONES	138
<i>Aporte social de este proyecto</i>	142
APORTE DE ESTE PROYECTO AL CAMPO DEL DESARROLLO HUMANO	143
REFERENCIAS	145

Introducción

El presente trabajo tuvo como propósito que padres, madres o tutores de hijas-hijos adolescentes reconozcan los introyectos que pueden generar distanciamiento en la relación con sus hijas-hijos con la intención de que los atiendan y en la medida de lo posible, fortalezcan el vínculo afectivo. Estos introyectos pueden manifestarse a través de expresiones, gestos, mandatos, jerarquizaciones o frases en la relación entre progenitores, tutores e hijas-hijos adolescentes. Es importante identificar cuáles de ellos han sido inculcados por sus propios padres-madres y tutores y reconocerse en la relación con ellos durante la adolescencia. De manera que, su experiencia les ayude a reconocer los introyectos y las necesidades afectivas que se presentan en esa etapa de la vida; también reconocer cuáles desde su percepción son convenientes cambiar y cómo. Para eso, durante el taller se brindaron herramientas como la escucha activa, la comprensión empática y la aceptación positiva incondicional para ayudar a fortalecer el vínculo afectivo con sus hijas-hijos durante esta etapa.

En el vínculo afectivo entre padres, madres y tutores, en adelante *padres*¹, con hijas-hijos, en lo sucesivo *hijos*², fue importante poner atención a la etapa de la adolescencia, pues se presentan cambios físicos, biológicos y relacionales. Es una etapa de aparente rebeldía caracterizada por una búsqueda identitaria, la validación y el reconocimiento personal y de los demás. En este sentido, se pretendió que los padres focalicen, descubran, validen y acepten aquellos introyectos que deterioran la confianza en la relación con sus hijos. Una vez reconocidos, se puede trabajar en crear una relación afectiva basada en la aceptación positiva incondicional.

Si los padres logran generar un ambiente de confianza, seguridad y aceptación incondicional, entonces descubrirán que su mejor recurso es ellos mismos promoviendo una relación afectiva cercana, abierta y de aceptación. Es decir, si los padres se validan, reconocen y aceptan su propia historia de vida y cómo vivieron su

¹ En lo sucesivo se mencionará “padres” para hacer referencia a padres, madres y tutores. La intención es evitar ser repetitivos. Cuando se necesaria se explicitará si se trata de padres, madres o de tutores.

² Se mencionará “hijos” al referirse a hijas, hijos, hijes.

relación con sus propios padres, podrán ayudar a sus hijos a fluir en sus propias experiencias y aceptarlas, explorando así la libertad para ellos y para sí mismos. La libertad se entiende como la capacidad de tomar decisiones frente a una situación particular y en relación con los demás.

Esto implica que los padres dediquen tiempo al fortalecimiento del vínculo afectivo con sus hijos. La importancia de lograr la confianza mutua en la relación es explicada por Rogers desde el Enfoque Centrado en la Persona: “he llegado a comprender que ganar la confianza del otro no exige una rápida estabilidad, sino que supone ser sincero y auténtico” (Rogers, 2020, p. 60). Es decir, cuando los padres logran interpretar y reconocer los introyectos que les impiden expresar sus dudas, miedos y descubrimientos, se darán cuenta de su potencial y generarán reciprocidad con sus hijos. Esto beneficiará la relación, fortaleciendo el vínculo a través de tiempo de calidad y diálogos profundos que ayuden a resolver dudas, miedos, triunfos y logros personales y familiares, impactando positivamente en la dinámica familiar y en particular, en el vínculo afectivo.

Este documento está organizado de la siguiente manera. En el capítulo uno se comparte la implicación personal y las razones que dieron origen a este proyecto de intervención. También se describe la justificación del tema como problema social y la pertinencia de este para el campo del Desarrollo Humano.

En el capítulo dos se describe la problemática con apoyo de datos estadísticos. Se recurrió a la técnica del árbol problema que consiste en identificar las causas y efectos de los aspectos que constituyen el problema. Asimismo, se realizó un acercamiento a la población para identificar problemáticas y necesidades susceptibles de atender desde el Desarrollo Humano.

El capítulo tres está dedicado a la fundamentación teórica. Aquí se discuten los conceptos principales del tema-problema y se describen las principales perspectivas teóricas. Se pone énfasis en el Desarrollo Humano, el Enfoque Centrado en la Persona y la figura de quien facilita. Además, se hizo una revisión bibliográfica de documentos académicos tanto de investigación como de intervención.

En el capítulo cuatro se describe la fundamentación metodológica. Se describe la metodología cualitativa como punto de partida del proyecto, también se describe el

método de Investigación Acción Participativa y el método fenomenológico. La técnica pertinente para la intervención fue el taller.

En el capítulo cinco se comparte el proceso de quien facilita durante el taller, se muestra la descripción de cada una de las sesiones, se presenta a las y los participantes y se describe su proceso de cambio durante el taller. El capítulo seis da cuenta de los resultados del taller; es decir, la manera en que los padres, madres y tutores se hicieron conscientes de sus introyectos y cómo eso los llevó a validar su experiencia hacia sus hijos e hijas. En el capítulo siete se desarrollan conclusiones del taller, se explicita que se cumplió con el propósito general del proyecto, el cual estuvo orientado al reconocimiento de los introyectos por parte de padres, madres y tutores con hijo-hija adolescente para fortalecer el vínculo afectivo.

Capítulo I La persona y su implicación desde el campo del Desarrollo Humano

En las siguientes líneas se describe y fundamenta la importancia del tema-problema desde el campo del Desarrollo Humano. También, se explicita la implicación personal de quien realiza este proyecto.

1.1 Pertinencia del tema-problema desde el Desarrollo Humano

El ser humano al nacer necesita recibir amor, seguridad, atención y estimulación (Lafarga, 2016). Un bebé dentro de sus primeros años de vida se nutre de aquello que sus padres le transmiten. Según Erik Erikson (1998) la etapa de crecimiento se divide de la siguiente forma: 0-18 meses, infante (1 año), infancia (2 a 3 años), edad del juego (3 a 5 años), edad escolar (6 a 12 años), adolescencia (12 a 20 años), adulto joven (20 a 30 años), adulto (30 a 50 años) y viejo (después de los 50 años).

Las necesidades cambian a lo largo del tiempo, pero hay algunas como el afecto, que requieren nutrirse a lo largo del tiempo. Maslow (1972) identifica al amor como una necesidad y como un fundamento para el bienestar de la persona, siendo primordial en la vida del ser humano, pues inicia desde la persona nace, pasa por la etapa del infante, la edad del juego hasta la adolescencia. Erickson (1998) destacó la importancia de la confianza y la autonomía que va de los 0 meses hasta los doce y quince años. En esta etapa resalta la importancia de cubrir y sentir cubierta la necesidad de seguridad, confianza y amor.

Una manera en que se expresa el amor es por medio de prácticas que se aprenden de los padres, madres y tutores. Es importante mencionar que, las expresiones de amor se aprenden a lo largo de la vida al relacionarse con otras personas. Estas prácticas se interiorizan y suelen pasarse de generación en generación, en especial cuando no son cuestionadas por quienes las aprenden. A estas creencias se les suele denominar *introyectos*. Perls (1986), afirma que los introyectos se introducen a través de un proceso en el cual las personas incorporan patrones, actitudes y modos de pensar del entorno sin una adecuada asimilación. Este mecanismo implica aceptar información sin cuestionarla ni integrarla de manera consciente. Con ello, los introyectos también se van marcando a la par durante los primeros años de vida.

Los introyectos son parte fundamental de los vínculos porque son el puente por el cual se expresan mensajes, formas de ser, de pensar y de sentir de las personas hacia sí mismas y hacia las demás. Bowlby (1969) destacó la importancia de los vínculos tempranos entre las niñas, niños y sus cuidadores, especialmente los padres. Bowlby subraya que estos vínculos afectan el desarrollo emocional y social de las niñas y los niños. Por esta razón, es necesario que padres, madres y tutores hagan conscientes los introyectos presentes en el vínculo afectivo, pues al identificarlos y nombrarlos es probable que se den cuenta de la manera en que se relacionan con su hija-hijo adolescente y de ser necesario, que hagan cambios que favorezcan al vínculo afectivo.

Se coloca el acento en los introyectos en este proyecto ya que algunos generan expectativas y demandas de los padres hacia sus hijas-hijos y se internalizan como creencias y comportamientos afectando su bienestar emocional. De acuerdo con Miller (1979), los padres, madres y tutores imponen a los hijos creencias, formas de sentir y actuar que limitan la experiencia corporal, lo que Rogers (1978) se refiere como una limitación de contacto con su experiencia organísmica, que es fundamental para el crecimiento y desarrollo humano. Rogers (1978) enfatiza la importancia de confiar en las propias experiencias internas y en la tendencia innata hacia la autorrealización de cada persona.

En muchas ocasiones, los padres, madres y tutores crecen con introyectos que no cuestionan y los ponen en práctica sin reconocer que son patrones, actitudes y modos de pensar con los que quizá no estén de acuerdo. En especial cuando el vínculo afectivo con sus progenitores no se nutrió lo suficiente de contacto físico ni palabras que fortalezcan el autoestima ni acciones directas que ayuden a la relación padres/hijos (Bautista-Naranjo, 2021). Esta falta de contacto afectivo suele tener consecuencias durante la adolescencia.

Esta etapa tiene características particulares, entre ellas está la búsqueda de ser aceptados y sentirse pertenecientes a grupos que consideran como sus pares, así como a diferenciarse de otros. Esta búsqueda de similitud, diferencia, identificación y pertenencia es fundamental para su autoestima y confianza (González, 2023). Al respecto, Bautista-Naranjo (2021) menciona que los introyectos se relacionan con autovaloraciones impuestas en sus primeros años de vida y pueden repercutir en el

conocimiento personal, ya que a la postre puede presentar bloqueos emocionales en su etapa adulta y repercutir en sus relaciones interpersonales con familiares, amigos y conocidos en los diferentes ámbitos de vida. De acuerdo con Santana-González (2023), en muchas ocasiones, se presenta una falta de comprensión y apoyo de los padres hacia los hijos.

Por otra parte, algunos adolescentes buscan relacionarse afectivamente con sus padres. Un aspecto importante para resaltar es que, los introyectos dan cuenta del conocimiento personal y de la autoestima, asimismo, están presentes en la manera en que la persona se relaciona con su entorno.

Algunos adolescentes, además de la necesidad de sentirse comprendidos por sus padres, también pueden vivenciar humillaciones y malos tratos de parte de su padre hacia la madre generando una ruptura en cuando a confianza, seguridad y sensación de protección (Santana-González, 2023). Esto es un ejemplo de que, en ocasiones, los padres, madres o tutores repiten patrones, gestos y actitudes que aprendieron de sus padres y de su entorno.

Sin embargo, estos patrones pueden cambiar al hacerlos conscientes. Rogers (1961), afirma que las personas tienen la capacidad de cambiar y crecer cuando se les brinda un apoyo adecuado, un padre que logra aceptar a su hijo e hija sin querer cambiarla/o y le brinda apoyo por medio del afecto, no solo puede hacer que cambie su entorno, sino que, construye un vínculo donde se sienta seguro y en confianza para expresar su sentir, sus dudas, miedos o alegrías, siendo un impulso para promover el descubrimiento como persona, fortalecer su autoestima y tener mejores relaciones interpersonales.

La pertinencia de acercarse al tema de los introyectos desde el campo del Desarrollo Humano para promover el fortalecimiento del vínculo afectivo radica en lo que padres, madres y tutores, logren identificar, reconocer y cambiar la manera en que se perciben como padres y la relación que tienen con su hija-hijo adolescente. Rogers (1961) afirma “si puedo crear cierto tipo de relación, la otra persona descubrirá en sí misma su capacidad de utilizarla en su propia maduración y de esa manera se producirá el cambio en el desarrollo personal” (p.40), es decir, si los padres, madres o tutores hicieran contacto consigo mismos, reconocieran su propia historia de vida, identificaran necesidades no cubiertas o los introyectos que no

favorecen su relación con sus hijas e hijos adolescentes, podrían hacer cambios y fortalecer su vínculo afectivo y promover el crecimiento personal de sí mismos y de sus hijos. Así, los introyectos o patrones internalizados sin adecuada asimilación, junto con las expectativas parentales, pueden influir negativamente en el bienestar emocional de las personas. Sin embargo, un entorno de apoyo y aceptación incondicional les permite crecer y desarrollarse de manera saludable, fortaleciendo su autoestima facilitando relaciones afectivas sólidas y auténticas.

1.2 Implicación Personal

En este apartado expreso los motivos personales con base en mi experiencia que orientaron mi decisión para desarrollar este proyecto de intervención. Soy padre de cuatro hijos, docente de educación media superior, formador en grupo de jóvenes y adolescentes dentro del Movimiento Familiar Cristiano (MFC) y Movimiento Familiar Cristiano Juvenil (MFCJ), facilitador en escuela para padres en mi parroquia y facilitador de pláticas prematrimoniales en mi parroquia y en el Sagrario Metropolitano de la diócesis de Guadalajara.

Mis hijos están en la etapa de la adolescencia y al trabajar como docente y tutor en una preparatoria he visto la necesidad que tienen los adolescentes y jóvenes de ser escuchados por sus padres; tienen dudas sobre el sentido de la vida, de la sexualidad, temas vocacionales, entre otras dudas que impactan en su rendimiento académico, en su calidad de vida e incluso dan lugar a conductas de riesgo que dañan su ámbito académico, laboral o familiar. En la etapa de la adolescencia o pubertad dentro del proceso de crecimiento que se tiene como persona, es válido hacerse ese tipo de cuestionamiento. En parte, por esta razón, los adolescentes buscan en sus padres una respuesta concreta y coherente.

Mis padres se separaron cuando tenía ocho años. Viví la ausencia, el cuidado y la escucha de una figura paterna. La separación entre mis padres orilló a que mi madre trabajara de tiempo completo y se dedicara a sacarnos adelante; mientras que mi abuelita materna se encargó de cuidarnos y educarnos de la forma que ella veía conveniente y en ocasiones nos vivimos bajo el cuidado entre hermanos.

Al llegar a mis doce años me preguntaba ¿quién soy?, ¿qué quiero?, ¿qué voy a hacer?, ¿hacia dónde quiero ir?, ¿quién me va a ayudar? entre otros

cuestionamientos. Esa experiencia de vida estuvo marcada por la sensación de no saber qué hacer, ya que mi padre estaba ausente y mi madre llegaba cansada de trabajar. De manera que, no había un espacio para que ella me escuchara o me hiciera sentir en esa confianza o seguridad que me permitiera resolver dudas o no sentirme juzgado por mi manera de pensar.

Ahora soy un padre que tiene tres hijos de 15, 14 y 9 años; y una hija de 10 años, me hizo pensar en esa etapa de mi vida en la cual yo buscaba ese acercamiento con mis padres, ese sentirme seguro, apapachado, esas palabras de aliento que me permitiera expresar lo que pensaba y sentía con la confianza de encontrar respuestas que me ayudaran o me fortalecieran ante las diversas dudas durante esta etapa.

Al cursar el diplomando en Desarrollo Humano y reconstrucción del tejido social, del ITESO por medio de la Centro de Desarrollo Integral del Formados (CADIF), identifiqué que como padre quería hacer cambios orientados a fortalecer la autoestima de mis hijos, validarlos y aceptarlos como son, orientarlos en el reconocimiento de sus necesidades y expresarlas de una forma correcta, pero también de reconocer mis sentimientos y sensaciones para expresar mi sentir hacia ellos. En mi relación conyugal todo fue un reto que como esposo me animó a seguir trabajando en mí para la formación de mis hijos adolescentes.

Al trabajar en una escuela de educación media superior y superior y conversar con adolescentes, jóvenes, padres, madres o tutores pueden identificar que a muchas personas les parece difícil trabajar con los adolescentes; mientras que estos decían que no se sentían comprendidos por sus padres o sus madres. Entre sus relatos destaca que sus padres no tenían tiempo para estar con ellos, también expresaron que se sienten juzgados o señalados y que sus padres buscan que fueran obedientes, escucharlos era escuchar a mis hijos expresar sus necesidades.

Además de escucharlo en la escuela, también lo oía durante un apostolado llamado Movimiento Familiar Cristiano (MFC). Mi esposa y yo formamos parte de uno. Nos encontrábamos con padres que se quejaban de sus hijos e hijas adolescentes y jóvenes, afirmaban que no eran obedientes, que eran flojos y etc., pero al hablar con sus hijos, ellos nos mencionaron que sus padres nos los comprendían, no se sentían escuchados ni aceptados. Una vez dejado el cargo habilitamos el Movimiento

Familiar Cristianos Juvenil (MFCJ), con una membresía de 50 jóvenes y 10 adolescentes.

Al terminar el cargo nos invitaron como matrimonio diocesano del área VI en el trienio 2019-2022, lo cual nos permitió trabajar a nivel diócesis con más matrimonios encargados en los sectores. Esto nos permitió hacer conciencia de la necesidad de escuchar a los adolescentes y jóvenes desde la aceptación y comprensión. Me dio satisfacción ser el reflejo de ese padre y madre que escuchan, que los aceptan como son y ser una guía para ellos. Esta actitud permitió dejar en la diócesis a 510 jóvenes y 180 adolescentes. Mis dos hijos mayores quienes se sumaron al incremento de la membresía de la adolescencia.

Al ser padre y esposo reconozco que me hacía falta la formación para expresar afecto a mis hijos. Me di cuenta de que brindar seguridad y confianza es parte fundamental en la relación del vínculo. Reconocí ciertos patrones que no quería repetir y cambiar algunas de mis posturas, mis gestos y frases que marcaban y limitaban la relación con mis hijos.

Al poner en práctica la escucha activa, la aceptación positiva incondicional y la comprensión empática, me permití mostrar mi afecto, nombrar mis emociones y lo que me pasa, hacerme consiente de ellos, saber que, sí se puede formar una familia nutricia que promueve la autoestima, logrando llegar a acuerdos, pasar momentos de calidad, a pesar de que mi esposa y yo trabajamos.

Doy gracias a Dios por permitirme llegar a esta maestría de Desarrollo Humano y poner mi granito de arena en el fortalecimiento del tejido social desde la familia como célula de la sociedad y fortalecer el vínculo entre padres e hijos. Sé que algún día, mis hijos e hijas llegarán a ser padres y madres y serán parte del cambio social.

Capítulo II Problematicación

Un introyecto se desarrolla dentro de los primeros años de acuerdo con el rol asignado en la familia, la escuela, la cultura y nivel económico. Perls (1976) y Berger y Luckmann (1966) señalan que los introyectos son impuestos por los padres, maestros y familiares de forma verbal o no verbal. Hay introyectos que favorecen el potencial de la persona; por ejemplo, de manera verbal: “en esta casa todos ayudan a los quehaceres”, “en esta casa cada uno ordena su cama”, etc. Un ejemplo de introyecto no verbal es señalar con la mirada que no se debe interrumpir una conversación de adultos, levantar la mano para tomar la palabra o un gesto para expresar un gracias, etc. Los introyectos son resultado del proceso de socialización y pueden frenar el potencial de la persona.

De manera frecuente, los introyectos se ponen en práctica de padres a hijos para orientar una forma de actuar, son el referente para que algunos padres decidan cómo relacionarse con sus hijos, forjando un modo de actuar y pensar en la edad adulta que trasciende hacia la manera de relacionarse con otras personas y con su entorno. Ante este tema surgen las siguientes preguntas:

- ¿Qué de esos introyectos dan lugar a una relación: determinante, fría, distante y ajena?
- ¿El desarrollo humano, ayudará a reconocer dichos introyectos?
- ¿Una vez reconocidos y aceptados, el padre logrará fortalecer su relación con el hijo?

2.1 La importancia de poner atención en hijas-hijos en la etapa de adolescencia

Desde el punto de vista de salud pública, la adolescencia representa una etapa muy importante de la persona, en el cual, es necesario observar las conductas y los estados de ánimo de los adolescentes para prevenir cualquier tipo de amenaza que afecte su desequilibrio emocional o que implique un riesgo de salud. De acuerdo con Güemes-Hidalgo et al (2017) “los adolescentes continúan expuestos a muchos riesgos: accidentes, violencia, delincuencia, uso y consumo de drogas, conductas

sexuales arriesgadas, embarazos, problemas familiares, escolares, tecnologías de la información, y trastornos mentales, entre otros.” (p. 234).

Por lo anterior, es necesario tener presente la importancia de los vínculos afectivos en el sistema familiar. Reforzar los vínculos afectivos dentro de la familia orientan a generar seguridad en el adolescente, dando lugar a que los jóvenes cuenten con un espacio de aprobación en el cual puedan sentir confianza para expresar sus dificultades cotidianas. En este sentido, Rodríguez (2017) describe la familia como “una unidad sentimental, siendo un refugio para los afectos, el desarrollo personal y el reconocimiento mutuo de los integrantes.” (p.263). Un vínculo establecido con afecto incondicional contribuye a crear una relación fiable que, de acuerdo con el autor, “Lo opuesto, es la soledad emocional, el sentimiento de desconfianza y desprotección. Esta soledad se hace intolerable y hasta puede incidir en la salud física.” (p.263).

El Sistema Nacional de Protección de Niñas, Niños y Adolescentes, señala que, el suicidio es una problemática que debe visibilizarse con el objetivo de ser prevenida. La Encuesta Nacional de Salud (ENSANUT) reveló que, durante 2020, mil 150 niñas, niños o adolescentes en México decidieron suicidarse, es decir, un promedio de tres casos por día, casi el triple que los registrados por COVID-19, que ascendieron a 392 casos durante el mismo periodo.

En el 2022, en Jalisco, 728 cometieron suicidio el año pasado, 12.6 por ciento eran jóvenes de 20 a 24 años; 14.4 por ciento, de 25 a 29; y 12.2 por ciento, de 30 a 34. El 39.3 por ciento eran personas jóvenes y adultas de entre 20 y 34 años. Por otro lado, 9.8 por ciento eran niñas, niños o adolescentes de entre 10 y 19 años; mientras que 8.5 por ciento tenían más de 60 años. (Álvarez,2022).

La Encuesta Nacional de Salud (ENSANUT) menciona que una de las diez causas que orillan a los adolescentes a tomar esta decisión es por problemas de relación social: disminución en la cantidad de amistades, aislamiento social, incluso de gente cercana y sentimientos de falta de apoyo familiar o social.

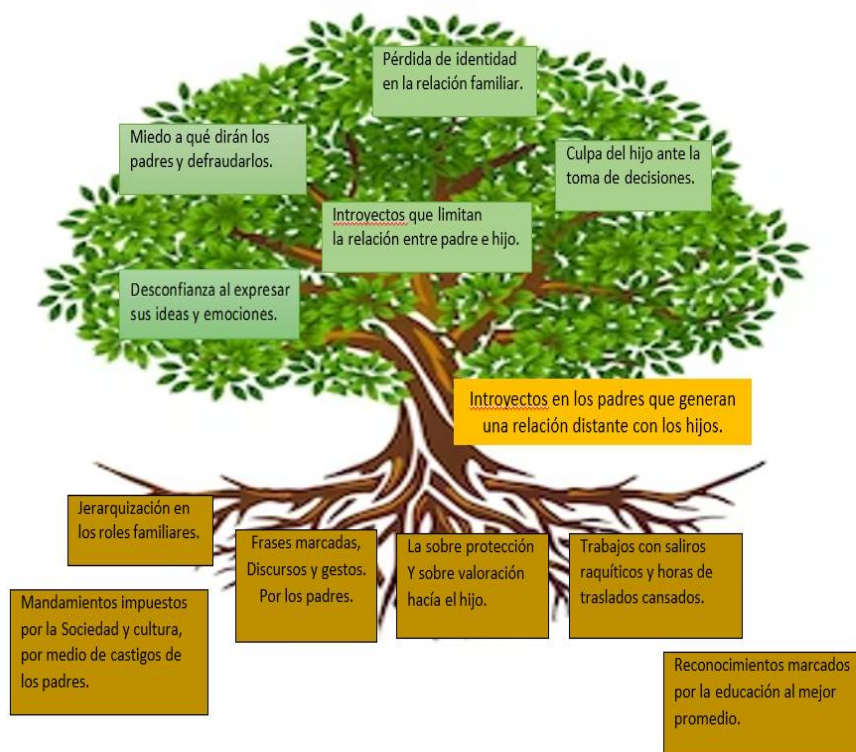
La madre, el padre o tutor busca relacionarse primero consigo mismos y después con el mundo (Muñoz, 2011); para relacionarse con los demás es necesario entrar en sí mismo para identificar y nombrar a los introyectos y, una vez logrado, se dará

cuenta de qué necesita para integrarse en su entorno, de tal forma que pueda satisfacer sus necesidades, Perls, Hefferline y Goodman (2020). Si el padre o tutor descubriera qué introyectos le impiden tener una relación y vinculación con su hijo; se dará cuenta de la necesidad que trae de desbloquear lo que Rogers (2020) denomina *tendencia actualizante*.

2.2 Árbol problema

A continuación, se presenta el árbol problema. Se trata de una técnica que facilita identificar las causas y las consecuencias en torno a los introyectos y la relación que tienen con el vínculo afectivo entre madres, padres o tutores.

Gráfico No. 1 Árbol problema



+

Fuente: elaboración propia.

En el árbol problema se expresan las consecuencias en color verde. Se trata de la ausencia de afecto, comprensión, escucha, empatía entre padres con hijas-hijos, así

como presenciar diferentes tipos de violencia entre los padres, vivenciar las preocupaciones de dinero, ser presa de exigencias escolares por parte de los padres, competir por ser el mejor entre los hermanos, entre otros aspectos. Ante esto, la persona crece en un ambiente de individualismo, competitividad y abandono, hasta al punto de albergar resentimientos, miedos, inseguridad, pérdida de fe, dando como resultado la soledad, el retraimiento, el aislamiento y el establecimiento de vínculos débiles. Así mismo, se pueden visualizar las causas en color café, éstas reflejan la tensión familiar a partir de la educación de los padres, la presión de la sociedad para cumplir con ciertos roles, la realidad económica de las familias que originan un clima de descontento y estrés, entre otras razones.

2.3 Causas

2.3.1 Mandamientos impuestos por la sociedad y cultura por medio de castigos de los padres.

En el contexto actual de los padres de familia, existen patrones de formas de relacionarse con los hijos, niños y adolescentes a cargo. Estas formas de relación aprendidas de los padres o tutores o imitadas de la sociedad y el contexto, suelen no ser las mejores si lo que se prioriza en la crianza es el autoritarismo de los padres y/o tutores. Lo anterior, genera un ambiente disfuncional en el entorno del adolescente y, por consiguiente, lo que tiene a la mano para ser aprendido, es lo que se le otorga en el entorno.

2.3.2 Frases marcadas, discursos y gestos por los padres

No hay nada más patente y real en la educación de una persona que lo que aprende con sus sentidos. Las frases y gestos que un adolescente recibe de sus cuidadores o de sus padres, representan una marca para su persona, sobre todo si se trata de frases hirientes y ofensivas que orienten a que el joven o el niño se sienta disminuido.

2.3.3 La sobreprotección y sobre valoración hacia el hijo

En algunos casos, los padres consideran que impidiendo en los hijos el sufrimiento les evitarán traumas en su vida, pero no es así. La sobreprotección no impide que la persona se equivoque y aprenda de sus errores. Lo que da lugar a falta de

madurez e incapacidad para resolver problemas.

2.3.4 Trabajos con salarios precarios y exceso de tiempo en los traslados

Los padres de familia, en especial, los proveedores más importantes, al ser empleados están supeditados a la mala remuneración salarial y con ello a la falta de equidad entre su esfuerzo y el sueldo que reciben. Lo anterior propicia que en el ambiente familiar se genere estrés y desánimo por las carencias económicas y la imposibilidad de cubrir lo más elemental de la familia. Otro factor que orienta a la falta de interés por tener una buena convivencia, son los traslados del trabajo a la casa. Los trayectos cada vez son interminables y ocasionan que el padre de familia llegue a casa cansado, hambriento y con desánimo para atender a los hijos o pendientes del hogar, lo único que desea hacer es descansar de la jornada laboral y todo lo que implica. Esto propicia que los padres se conviertan en “Padres periféricos” de acuerdo con Vargas-Jaime et al (2019) “[...] por un lado prevalece la ausencia del rol de un padre al no representar su función, que abandona, sobre todo en situaciones de conflictos; evade sus responsabilidades resguardándose en sus ocupaciones, actividades personales [...]” (p.67)

2.3.5 Reconocimientos marcados por la educación al mejor promedio

Para algunos padres de familia y/o tutores, las capacidades intelectuales de los hijos son el reflejo del promedio académico que reflejen en sus calificaciones. Esto puede ser un arma de doble filo, pues al margen de que el promedio refleje el esfuerzo y disciplina de los adolescentes, no es el parámetro más importante para medir la capacidad intelectual, así como las habilidades y talentos que puedan desarrollar, lo que puede ocasionar, que, en lo posterior, estos parámetros originen introyectos en los niños y adolescentes. Las principales razones de conflicto entre padres y adolescentes, según reflejan numerosos estudios y de acuerdo con Motrico, Fuentes y Bersabé (2001) son “[...] los estudios (calificaciones y nivel de rendimiento, hábitos de estudio, asistencia a clase, actitud respecto a los estudios y los profesores, conducta en el instituto)” (p.2).

2.4 Consecuencias

2.4.1 Desconfianza al expresar sus ideas y emociones

Tener la confianza de hablar, de moverse y de expresar de manera general cualquier emoción, es el reflejo de que un adolescente se siente cómodo en su espacio. Ello es indispensable para el desarrollo intelectual y emocional de los niños y adolescentes, pues abona a tener acercamiento con sus padres y/o tutores, permite que puedan hablar de lo que les pasa en la escuela y conocer la manera como se relacionan con sus pares. Si no existe confianza para expresarse, los padres no tendrán noción de lo que pasa en la vida de sus hijos y no podrán actuar para orientarlos si es necesario.

2.4.2 Miedo de qué dirán los padres y defraudarlos

Para los adolescentes es muy importante cubrir las expectativas de los padres o si es el caso de los tutores. Si por las diversas razones que el joven enfrenta en su contexto de adolescente (escuela y amigos) o en el contexto familiar no puede cumplir con lo que se espera de él, ello puede causar que se sientan insuficientes e incapaces y por lo tanto registren dichos introyectos que bloqueen su desarrollo y que los acompañen hasta la adultez. Es verdad que la exigencia de los padres hacia los hijos es en cierta medida porque se preocupan por inculcarles disciplina, pero también los adolescentes enfrentan sus propias barreras y situaciones que no pueden controlar en su torno. De acuerdo con Green (2016), “Las preocupaciones de una parte no superan a las preocupaciones de la otra, y el objetivo no consiste en determinar quién tiene la razón y quién no. Las preocupaciones de ambas partes tienen exactamente la misma legitimidad” (p. 108).

2.4.3 Introyectos que limitan la relación entre padres e hijos

Los introyectos se internalizan a partir de una sana o mala relación con los padres o cuidadores, ello impacta de manera positiva o negativa en el crecimiento de las personas. De acuerdo con Fritz (1976) “la introyección es entonces el mecanismo neurótico mediante el cual incorporaremos dentro de nosotros mismos, patrones, actitudes, modos de actuar y pensar que no son verdaderamente nuestros”. (p.45)

2.4.4 Búsqueda de identidad en la relación familiar

Los adolescentes por estar en un periodo que se está conformando su identidad, por momentos, necesitan su espacio de los padres o tutores para lidiar con sus emociones y pensamientos. En este sentido Romero-Frausto (2023) comparte que:

Los adolescentes al buscar su identidad generan una rebeldía y rechazo a la autoridad que está frente a ellos. El comportamiento rebelde de los adolescentes es la consecuencia de la búsqueda de independencia para ir encontrando su identidad. (p.14).

Es necesario visualizar que los introyectos fueron poco a poco internalizados en la propia persona. Para el ser humano no es fácil reconocer lo que hay dentro de su interior, es necesario hacer una introspección para evaluar qué se tiene que desechar o qué se puede transformar. No es fácil digerir cuándo la propia razón da la certeza de que seguir actuando bajo un criterio que orienta a ser rígidos y no permitir la afectividad se debe desechar, y hace sentido que esa y otras situaciones pueden ser transformadas o descartadas de la propia conducta.

Por lo tanto, es importante reflexionar en que los hijos en algún momento se convertirán en padres de familia y surge la pregunta, ¿qué debe hacerse para transmitir introyectos positivos? Es necesario voltear al pasado y revisar la propia historia de vida, y a partir de ello, visualizar el presente de los hijos en la de la adolescencia que se tiene a cargo. Es imprescindible darse un tiempo para reconocer cuáles introyectos se han integrado en uno mismo e impiden tener acercamiento hacia los propios hijos o en el caso de los tutores, hacia los niños a cargo; reconciliarse con el pasado para tener oportunidad de forjar una nueva historia con los propios hijos. Tener la capacidad de ofrecer lo que, por circunstancias de la vida, uno no recibió de sus padres o cuidadores. El autor de este trabajo considera que se trata de brindar tiempo de calidad, escucha y afecto, reconociendo los propios miedos como personales e intransferibles: los niños tienen su propia mirada de la vida y es diferente a la de los adultos que los crían o cuidan de ellos.

2.5 Acercamiento a la población

Como parte de la problematización de este trabajo de obtención de grado fue necesario acercarse a la población de estudio e identificar sus problemas y

necesidades. Conocer las circunstancias contextuales de los padres de familia con quienes se llevó a cabo el estudio, identificando el nivel de consciencia de los introyectos que aprendieron de sus padres y que, a su vez, han transmitido a sus hijos de manera procedente. Se reconocieron patrones de conducta y formas de relacionarse que han trascendido a través de las generaciones, siendo esta una oportunidad de “darse cuenta” y tomar consciencia.

La población está conformada por padres de familia con hijos adolescentes de entre 12 y 16 años, estudiantes de la escuela secundaria estatal llamada “Elías Nandino Vallarta” No, 111, con una población de 650 alumnos del turno vespertino, ubicada en el fraccionamiento denominado “Las luces” en el municipio de Tlajomulco de Zúñiga Jalisco.

La secundaria “Elías Nandino” cuenta cámaras de circuito cerrado. Se distingue por su implementación de campañas en mejoramiento para alumnos con promedio bajo. Brinda atención a alumnos de los poblados cercanos de Unión del cuatro y Concepción del Valle, así como fraccionamientos aledaños como lo es: Santa Fe, Chulavista, Las Luces, Villas de la Hacienda, Los Fresnos I y II, Real del Sol y Lomas del Mirador. Se reconoce como la mejor escuela de la zona, no sólo por la seguridad, sino también por ser una escuela con buen nivel académico cuyos docentes son estrictos y comprometidos con los padres de familia.

2.5.1 Categorías

Se realizaron entrevistas con la finalidad de investigar de forma cualitativa, qué introyectos pueden ser identificados por los padres y de qué manera repiten estos mismos patrones hacia sus hijos; ya sea por gestos, dichos, posturas, frases, etc.

Se entrevistaron a cinco madres de familia de entre 36 y 45 años; tres de ellas casadas y dos madres solteras, una con carrera técnica en enfermería y, las demás con estudios básicos de secundaria y bachillerato; tres de ellas con hijas adolescentes de entre 14 y 16 años, y dos, con hijos menores de 10 años.

Se lograron detectar introyectos que les fueron transmitidos por sus padres o tutores durante su niñez y los que, a su vez, transfieren a sus hijos ahora que son madres, es decir, fue posible notar que los aprendizajes adquiridos durante la infancia sobre el tema de interés son repetidos y resignificados por las madres entrevistadas y los

manifiestan como aprendidos, de manera particular encontrándose en situaciones de tensión. Estos introyectos se manifiestan por medio de frases y posturas que fueron aprendidas de sus padres y en el presente, las trasladan a sus hijos.

Por otro lado, reconocen situaciones en las cuales brindan cariño, cercanía y motivación para los hijos, lo que les permite ahora como padres que sus hijos puedan confiar en ellos, pero, de igual manera reconocen que al ser necesario poner un límite, un regaño o una consecuencia por sus faltas, surge un obstáculo en la relación que impide retomar la cercanía y ello impacta en la confianza mutua.

Tres de las entrevistadas narraron que la relación que existe entre sus esposos y sus hijos es fría y la forma de involucrarse con ellos es inexpresiva, es decir, no son cálidos, no hay palabras de aliento o de empatía, en otras palabras, prefieren evitar cruzar la línea de padre a hijo.

Las siguientes categorías dan cuenta de la experiencia de las madres en sus propias familias de origen, con sus padres. Es oportuno considerar la importancia de “darse cuenta” en la manera en que se repiten estas conductas; siendo conscientes de ellas, se generará con mayor facilidad la empatía y comprensión favoreciendo el mejor tránsito por la etapa de la adolescencia de los hijos, y el crecimiento personal de los padres y/o tutores. De esta manera, lo reafirma Rogers (2020), si hay una relación de empatía y comprensión, la otra persona descubrirá la capacidad de utilizar su experiencia para madurar y potencializar un cambio y un desarrollo en su bienestar personal y social.

2.5.2 Ser proveedor es más que proveer educación

Estas madres hacen referencia de que ser un buen padre es aquel que provee más de lo que necesitan los hijos, ya que la preocupación que manifiestan en común es que no debe de faltarles lo necesario. Asimismo, manifiestan que un buen padre debe otorgar una educación mejor y por encima de la que recibieron de los propios padres ya que, al recibir una educación superior, los hijos pueden aspirar a tener un mayor bienestar. Ellas lo reafirman de la siguiente manera:

E1: “Procurar que no les falte lo necesario en casa.”

E3: “Quiero que ellos lleguen más lejos que nosotros”

E4: “Lo importante es que tengan valores y sean mejores que nosotros”.

Estos testimonios orientan a la reflexión de qué tanto los padres de familia alcanzan sus propias metas, teniendo como prioridad el esfuerzo físico, mental y emocional para brindarles lo mejor a sus hijos. Maslow (1972), en su teoría de la motivación, postuló que la persona cubre sus necesidades de acuerdo con la jerarquía de importancia, partiendo desde las necesidades fisiológicas, hasta las necesidades de autorrealización. Al cubrir ciertas necesidades básicas y de seguridad, la persona se esfuerza por cubrir las necesidades de autorrealización y las sociales. Es decir, los padres al cubrir en sus hijos las necesidades básicas y que pertenecen a las primeras por su calidad de urgentes y fisiológicas, se esmeran por cubrir las siguientes que tienen que ver con las relaciones sociales y de autorrealización, pero surge la pregunta: ¿Qué necesidades no están cubiertas en el padre, que le limitan a no alcanzar sus propias metanecesidades? De acuerdo con Maslow (1972), las metanecesidades son las necesidades impulsivas que orientan a las personas a alcanzar su máximo potencial. Y, por último, ¿qué tanto puede influir este nivel de auto exigencia en la relación con sus hijos y los introyectos que les manifiestan?

2.5.3 El miedo a mostrar la vulnerabilidad ante los hijos

Un introyecto que frena y limita la relación entre padres e hijos es inculcar miedo a partir del poder y el rol que desempeña; mostrándose fuertes y poderosos. De esta forma, el maltrato puede ser tanto verbal como no verbal. De nueva cuenta, se puede observar cómo la figura paterna en algunos casos, y de acuerdo con la cultura y educación que han recibido los padres está programada para regañar, castigar o reprimir al hijo, por medio de frases como las siguientes:

E1: “Mi hijo una vez me alzo la voz, y le di una cachetada”

E2: “Mi papá era bien mal hablado y de put@, no me baja.”

E4: “Miedo a que me pegaran con el cinturón o lo que encontraban”

E5: “Por miedo a que me corrijan mis hijos, porque me enoja, me hacen sentir inferior a ellos”

E6: “Si no hacía lo que tenía que hacer en la casa, así me iba con mi mamá, porque era seguro el fajo o la chancla, me pegaba con ganas”

De acuerdo con Fromm (2020), la relación con el amor y con el propósito de que exista una relación sana entre padres e hijos debe manifestarse de ser a ser. Es

decir, en la relación entre ambas partes, se debe invitar a que la relación sea tratada de forma que no dañe la autoestima de la persona y que abone a la integridad de la relación familiar. Por lo tanto, habiendo este tipo relación que dañan y delimitan la integridad tanto de los padres como de los hijos, llegan a fracturar el vínculo de todos los miembros de la familia.

2.5.4 Confusión de afecto verbal y no verbal

En este apartado se dará cuenta de que el afecto, siendo una emoción que marca cercanía, comprensión y empatía, es nula o se presenta sólo en ocasiones especiales de la vida de manera no verbal. A continuación, se presentan los testimonios de las madres de familia:

E3: "Huy no, eso no, ellos siempre fueron muy fríos"

E4: "Que no te faltará nada, esa era su muestra de cariño"

E5: "Cada cumpleaños me festejaban y me hacían una comida"

En relación con los testimonios anteriores, Maslow (1972) menciona que, "cuanto más aprendamos acerca de las tendencias naturales del hombre, más sencillo le resultará decirle cómo ser bueno, feliz, provechoso, cómo respetarse a sí mismo, cómo amar, cómo realizar sus más elevadas potencialidades" (p.34). Es decir, si el padre de familia se diera cuenta de esa necesidad y se diera la oportunidad de desaprender lo aprendido, podría descubrir en su misma persona esa potencialidad de amar y amar a sus hijos.

2.5.5 Miedo a confrontar a la autoridad y obediencia

Uno de los introyectos principales que marcan un distanciamiento frío, es el miedo a confrontar a los padres ya que al reconocer la figura de autoridad que hace referencia a la persona a quien se le otorga dicho poder, imposibilita al adolescente el debatir ante una sanción frente a la acción realizada.

E3: "Al ser mis padres no podría contestarles o el hecho que eran mayores"

E4: "Miedo a que gritará mi papá o me pegará mi mamá"

E5: "Miedo a que me pegaran con el cinturón o lo que encontraban."

E6: “Por miedo a que me corrijan mis hijos, porqué me enoja”

Fromm (2020) refirma que el miedo es la reacción ante una amenaza de la vida, de la libertad, de la dignidad, de la propiedad o de sí mismo. Es decir, la represión violenta del padre, al ser cuestionada por el hijo, el padre se siente amenazado en la superioridad y dicho padre genera más violencia y destrucción; por lo que, al sentirse amenazado en la superioridad, ese arranque genera violencia y destrucción.

2.6 Detección de necesidades

Las necesidades permiten ver el interior de la persona, mientras que los introyectos, no. Al visualizar las categorías, se observa que dentro de cada una de ellas hay necesidades que impiden ver hacia el interior de la persona, con el objetivo de permitirle potencializarse a sí misma. Por lo tanto, las necesidades son las voces de los introyectos que limitan la relación con el hijo. Estas necesidades actúan como barreras que, poco a poco, se pueden reconocer y aceptar, siendo las que delimitan y distraen la relación.

2.6.1 Descubrir cuáles necesidades no fueron cubiertas en la infancia y de qué manera limitan la relación con los hijos

El padre al reconocer que, durante su infancia, su familia y él pasaron por necesidades económicas, busca la manera de cubrir en primera persona, sus propias necesidades a través de trabajar, trabajar y trabajar. De igual manera, como antes se ha mencionado, el padre de familia en su rol de proveedor trata de cubrir las necesidades familiares a toda costa, ya que para él es necesario tener la certeza del ingreso económico y la seguridad que le genera el saber que con su esfuerzo puede ganar un dinero extra. De esta forma, lograr en la medida de lo posible, que sus hijos no tengan carencias de ningún tipo y puedan obtener estudios superiores.

En este mismo sentido, él da por hecho que es lo mejor que puede hacer, puesto que hace y actúa con base en su historia y no corrobora con sus hijos si comparten esa necesidad o ese esfuerzo que limita que se cubran sus necesidades de afecto.

2.6.2 ¿De qué forma la postura paterna, condiciona la relación con los hijos?

El mostrar ciertas posturas negativas con los hijos tiene sus repercusiones. Si se muestra una postura que oculta su verdadera personalidad por miedo a mostrarse vulnerable, utiliza un caparazón para evitar la confrontación, temiendo que le sea arrebatada la autoridad y el empoderamiento que le da su rol como padre. Los padres interpretan esta crianza como que orientan a una relación de valores y de confianza.

2.6.3 La afectividad en la relación con el hijo.

Mostrar afecto también es darle la oportunidad de hacerle ver al hijo sus áreas de oportunidad, el afecto en nuestra cultura se puede entender como fragilidad ante un rol obtenido, pero para el desarrollo humano, es poder descubrir el potencial que la otra persona tiene, es decir, que el padre al mostrarse vulnerable darle la confianza que en su relación se permitan apoyarse de lo dicho y reforzarlo en muestras de afecto. En este sentido Rogers (2020) postuló lo siguiente:

Esta aceptación de cada uno de los aspectos de la otra persona le brinda calidez y seguridad en nuestra relación, esto es fundamental, puesto que la seguridad de agradar al otro y de ser valorado como persona parece construir un elemento de gran importancia en una relación de ayuda. (p.43)

2.6.4 ¿Impongo miedo o respeto?

Detrás del miedo que siente una persona, existe inseguridad, y ello es válido teniendo como precedente la propia historia en la que no se aprendió ni se facilitó la expresión de dudas, temores y cuestionamientos de la vida. Y ¿Cómo desaprender lo aprendido?, reconociendo en la relación con los hijos lo que no fue posible expresar en la propia familia nuclear. De igual manera, teniendo respeto por la persona de cada uno de los propios hijos, y entendiendo que, como padres, no siempre se tiene la razón o la verdad absoluta de la vida.

2.7 Reflexión

Para el autor de este trabajo, el darse la oportunidad de reconocer cuáles introyectos se manifiestan en su vida personal y que impiden tener un acercamiento con los

propios hijos, y a la vez, tener la disposición de darse el tiempo de escuchar a los chicos de la preparatoria, puede sonar incongruente. por otro lado, se ha podido tomar consciencia de que ellos son quienes dan las pistas de escuchar lo que pasa por sus mentes y cómo se está moviendo la sociedad en pensamientos, criterios y formas de vidas; así como la relación que llevan con sus padres de familia o tutores.

En un principio, fue un poco complicado llegar al tema de este Trabajo de Obtención de Grado TOG y lograr hacerlo propio, ya que no existía un convencimiento del todo, pero conforme pasaba el tiempo y se aprendía más acerca del tema, fue de gran satisfacción comprenderse a sí mismo, a la familia y a todo el entorno con el que se convive y trabaja. ¿Qué llevó al autor de este trabajo a enamorarse de su tema? Al mirarse en los patrones de conducta, gestos, postura y reprensiones que hacía con los propios hijos; fue posible ver los propios introyectos que impiden una relación cercana o con sus hijos.

A partir de ahí, se logró comprender la manera de involucrarse en todos los aspectos con la propia familia, y se tomó la decisión de trabajar en la propia persona, de reconocer capacidad que se tiene, de que se cuenta con la inteligencia suficiente como para lograr concluir cualquier reto académico.

Esta investigación representó un reto en todos los aspectos. Realizar las entrevistas requeridas, distinguir las categorías, temas y necesidades. Verlo ahora realizado, representa darse cuenta de que Sí se puede lograr lo que uno está invitado a hacer en la vida.

Entonces, surge la pregunta: ¿Qué tema irresuelto me faltó hacer? En el proceso de realizar este trabajo, uno de los temas difíciles fue construir el texto; es decir, las ideas, conceptos y temas. Se tenían las ideas en la cabeza, pero uno mismo se ponía el límite para poderlas plasmar en el texto. Ahora, es posible darse cuenta de la importancia de ser claro al plasmar las ideas y no dar por hecho que la persona que lea lo escrito, comprenderá el texto. La manera que se encontró para tejer las propias reflexiones con los autores y la población entrevistada fue por decirlo de una manera coloquial, “poniendo las ideas, las citas y los testimonios dentro de mis zapatos e introducirlos en el texto”.

2.8 Pregunta de intervención, propósitos y objeto de intervención

Pregunta de intervención

¿Cómo el reconocimiento de los introyectos en padres, madres o tutores puede promover el fortalecimiento del vínculo afectivo con sus hijos-hijas adolescentes?

Propósito general

Que los padres, madres o tutores reconozcan los introyectos en la relación con sus hijos -hijas adolescentes y puedan hacer cambios para fortalecer el vínculo afectivo

Propósitos particulares:

- Que los padres, madres o tutores identifiquen y nombren los introyectos con los cuales se relacionan con su hijo-hija.
- Que reconozcan sus introyectos en su experiencia de vida como hijo-hija adolescentes y a partir de la relación que tuvieron con sus padres.
- Que hagan conscientes los introyectos y reflexionen en relación con sus hijo-hija.
- Que los padres, madres o tutores reconozcan lo introyectos que no favorecen la relación con su hijo-hija adolescente.
- Que los padres y madres al reconocer los introyectos hagan cambios para fortalecer el vínculo afectivo con su hijo-hija adolescente.

Objeto de intervención: vínculos

Capítulo III Fundamentación teórica

Este apartado está dedicado a la explicitación y definición de conceptos principales como la adolescencia, los introyectos, ser padre o madre, el vínculo afectivo entre padres, madres y sus hijas-hijos adolescentes y los grupos nutricios. También se explicita qué es el Desarrollo Humano, el Enfoque Centrado en la Persona y la importancia de la figura del facilitador.

3.1. La adolescencia

Para hablar de los introyectos que limitan la relación con los hijos e hijas adolescentes, es necesario primero entender ¿qué es la adolescencia?, ¿cuáles son los cambios por los que pasa el adolescente? y, ¿de qué manera se manifiestan dichos cambios en sus estados de ánimo y formas de relacionarse? La adolescencia es una etapa en la que la persona no solamente experimenta cambios físicos evidentes, sino también, enfrenta importantes desafíos como descubrir y adaptarse a dichos cambios, reconocer su identidad, conocimientos de sus emociones y desarrollar sus habilidades sociales y de convivencia tanto con la familia como con sus pares. En los adolescentes, esta metamorfosis implica sobrellevar de manera paralela transformaciones corporales, emocionales y psíquicas, como así lo explica Santana-González (2023) en su Trabajo de Obtención de Grado, en el cual, se llevó a cabo una investigación con adolescentes “en la etapa adolescente los individuos sufren cambios físicos y psicológicos asociados a las transformaciones biológicas” (p.12).

Por otra parte, la Organización Mundial de la Salud (OMS) en Pasqualini y Llorens, (2010) define la adolescencia como la etapa de la vida comprendida entre los 10 y los 19 años, y en la cual, tiene lugar el desarrollo de las características sexuales secundarias, así como la adquisición de nuevas habilidades sociales, cognitivas y emocionales; es decir, dentro de esta etapa, la persona desarrolla nuevos aprendizajes y conocimientos. En este sentido, la Ameijeira (2020) comparte que, en la etapa adolescente, el cerebro se encuentra desarrollando la parte límbica, parte encargada de las emociones y las pasiones, y su desarrollo concluye hasta los 21 años. Debido a esto, los adolescentes manifiestan cambios de humor, y en algunos casos, poca o nula disposición para reflexionar acerca de sus decisiones,

como así lo explica Palacios (2019), en la siguiente cita:

A pesar de la inmadurez de su cerebro y las limitaciones que esto supone sobre el proceso de toma de decisiones, el adolescente se aventura en ellas a expensas de las consecuencias de una inmadura capacidad para controlar y planificar su comportamiento, producto de un proceso de desarrollo de la corteza prefrontal, que no ha alcanzado su culmen. (p.1)

Como se ha podido comprobar, en cuanto a la toma de decisiones, a las y los adolescentes les cuesta trabajo vislumbrar las posibles consecuencias de las decisiones que toman, dado el momento de desarrollo emocional y hormonal por el que atraviesan.

En relación con el reconocimiento identitario, Erikson (1988) postula que, en esta fase, la persona se encuentra en una constante búsqueda de su identidad, lo cual significa que, durante la infancia, las valoraciones que se hayan formado con respecto a sí mismo se ponen en duda en la etapa adolescente. La persona conforme va adquiriendo un aprendizaje, va tomando conciencia de lo aprendido y formando su propio criterio. En el caso de los adolescentes, la influencia de las personas que los rodean impacta en su auto concepto y lo que, hasta el momento, han considerado una forma apropiada de verse y de comportarse. Al respecto, Bautista-Naranjo (2023) retoma las ideas de Cazalla y Molero (2013), y comparte lo siguiente:

En el caso de los adolescentes es bien sabido transitan por una etapa de crisis de identidad ya que se vive una transición al dejar de ser niños experimentando cambios biológicos y psicológicos, para ellos el desarrollo de las relaciones interpersonales es una condicionante sobre las autopercepciones, por lo que el atractivo físico de manera prioritaria se vuelve un factor que promueve la interacción con persona del sexo opuesto (p.9).

Continuando con la importancia de las relaciones interpersonales, se habla del cumplimiento de un rol de convivencia en los diferentes grupos en los que se desenvuelven. En este sentido, Romero-Frausto (2023), comparte en su TOG lo siguiente “[...] la familia, la escuela, el grupo social de pertenencia, con las cuales

existen distintas normas y reglas a los que se debe someter para su sana convivencia y desarrollo” (p.7). Es notorio que los grupos en los que se desarrollan los adolescentes tienen una influencia relevante, ya que fungen como medios de aprendizaje y reguladores de conducta.

Es importante hacer mención de que los aprendizajes integrados durante la adolescencia, en algunos casos, pueden marcar la pauta del comportamiento en la etapa adulta, de acuerdo con Santana-González (2023), “la adolescencia, como etapa que precede a la adultez, en muchos aspectos marcará el actuar de los próximos adultos” (p.34). Por ello, es necesario comprender los factores que van sumando en el proceso de la adolescencia, entre lo aprendido en la niñez y adolescencia y lo que aportan estos aprendizajes para la adultez.

El autor de este trabajo presentará las posibles razones que originan que los adultos, padres o tutores, repliquen las conductas de sus padres con los adolescentes hijos o tutelados, así como la oportunidad de reconocer dichas conductas. En lo sucesivo, se presentará lo que pasa con las personas adultas responsables de adolescentes, es necesario puntualizar en que, estos métodos de disciplina se van conjugando e impactan en la relación entre las y los adolescente con sus padres y tutores.

En cuanto a los y las adolescentes, les corresponde reconocer lo que le aporta a su sano desarrollo; lidiar con sus cambios, sus emociones, sus deseos. Lo que Greene (2016) explica de la siguiente manera: “[...]averiguar quién es – sus habilidades, sus preferencias, sus creencias, sus valores, los rasgos de su personalidad, sus metas y su rumbo, sentirse cómoda con ello y, a continuación, perseguir y vivir una vida que sea congruente con ello” (p. 21), este proceso conlleva una lucha consigo mismo, siendo esta, una lucha que implica bastante aprendizaje.

Durante la adolescencia se vive en un remolino de novedades, aparece ante el individuo adolescente, lo diferente, todo aquello que antes no existía, las cosas cobran otro sentido y se ven de manera diferente. Todo es nuevo y necesario de ponderar, para adaptarlo a la propia personalidad o desecharlo. En este sentido, y retomando a Bautista-Naranjo (2021) subraya “la adolescencia también es una etapa de confusiones en la cual las inquietudes, ansiedad y ganas de experimentar

están en su esplendor [...]” (p.10), en otras palabras, los y las adolescentes están en constante búsqueda de ellos mismos, descubrir quienes son y quienes quieren ser.

Es una etapa surge la inquietud por la propia apariencia, y el deseo de estar con otra persona que les atrae. El autoconcepto como antes se mencionó, cobra importancia. Ahora, es necesario sentirse bien consigo mismos para entablar relaciones tanto de amistad como amorosas. De acuerdo con lo anterior, Callaza-Luna y Molero (2013) explican esta exploración como parte de su desarrollo: “las autopercepciones condicionan inicialmente la interacción (cantidad y satisfacción) con sujetos del sexo opuesto” (p.46), descubriendo su ser sexual como parte de la naturaleza del ser humano. Callaza-Luna y Molero (2013) definen que los adolescentes en esta etapa de autopercepción responden de la siguiente manera:

(...) tienen mucho que ver con sus conductas y actitudes, los esfuerzos del adolescente por desarrollar un autoconcepto claro y positivo chocan frontalmente con la ambigüedad manifiesta de las normas culturales. De suma importancia es el hecho de que el adolescente debe asimilar y demostrar la responsabilidad de un adulto, pero se les niegan los correspondientes privilegios (p.46)

En otras palabras, su comportamiento tiene que ver con la manera como se perciben a sí mismos respecto a las expectativas que se tienen de ellos. Es una forma de manifestar la lucha entre lo que se anhela ser y la persona que espera complacer a sus padres o corresponder a un entorno social.

Los adolescentes tienen un sinnúmero de pensamientos y cambios, se viven en una revolución constante, entre la conquista de su identidad, reconocerse, aceptarse y ser parte, y la lucha contra lo que se espera de ellos. Esto se convierte en un camino de búsqueda. En palabras de Romero-Frausto (2023), “definiendo su identidad sexual y conquistando cierto grado de autonomía en lo emocional y mental” (p.36). Van buscando encontrar lo que son.

Como otro aspecto a revisar, dentro de esta lucha o búsqueda, algunos adolescentes muestran resistencia a dejarse orientar. Lo que viene de los adultos, -sus adultos-, no tiene cabida en su nueva manera de entender la vida; sea una

indicación, una opinión o una corrección. Ello se debe a que las formas que se utilizan para lograr estos propósitos, no los hace sentirse comprendidos. Eventualmente, los padres pueden perder la brújula de la crianza con firmeza y comprensión. En palabras de García y Estremero (2003) mencionan que “por momentos el adolescente se torna en un ser de difícil manejo y comprensión por parte de los padres, la familia y la sociedad en general” (p.3). Es un patrón posiblemente repetible. Se olvida que un día se pasó por esta etapa, un día también fue adolescente y faltó comprensión de los mismos padres, familiares, amigos o maestros. En este sentido, Aberastury (1969 citado en Romero-Frausto 2023) postula que:

el sufrimiento, la contradicción, la confusión, los trastornos que se viven en la adolescencia son de cierto modo inevitables; y si bien, pueden ser transitorios, vale la pena plantearnos si gran parte de su dolor no podría ser mitigado cambiando estructuras familiares y sociales. (Romero-Frausto A. 2023, p.39)

A partir de lo antes dicho, es posible atisbar que se “ha abierto la caja de Pandora”. Las estructuras familiares y sociales, lo que se entiende como los entornos de los adolescentes, pueden ser un refugio en donde se sientan cómodos, aceptados y amados o pueden ser también lo contrario, una jaula en donde impere la hostilidad, la desaprobación y la violencia. En este sentido, Gordon (2014) comparte una reflexión oportuna respecto a los métodos de crianza, “ahora estoy convencido de que los adolescentes no se rebelan contra sus padres, solo contra ciertos métodos destructivos de disciplina usados por casi todos los padres del mundo” (p.17). Es posible deducir, que estas formas de disciplinar se repiten como un patrón que como padres se trae, siendo una manera infortunada que se ha aprendido después de haber sido víctima del mismo estilo de crianza.

Durante los primeros años de vida, la familia nuclear es el primer grupo con el que se relaciona una persona; representa la seguridad y lo que se reconoce como válido; las costumbres, los valores, la resolución de problemas, etcétera. Al salir al mundo y conocerlo desde una perspectiva de adolescente, lo que se aprendió de casa, se confronta con lo que se aprende en otros contextos sociales. De acuerdo con Bautista-Naranjo (2021), la relación con las personas del primer círculo impacta

en la relación que se tiene con otros círculos, este hecho puede ser regresivo o puede orientar a mejorar a la persona. A continuación, se explica:

las interacciones son prioritarias en esta etapa del desarrollo, teniendo como fin que puedan reconocer aquellos aspectos de su vida que les traen recuerdos gratificantes o de dolor e insatisfacción y que a su vez puedan hacer conscientes aquellos aspectos o valoraciones personales que quedan estar interiorizados en su persona y en ocasiones existen represiones que provocan que se haga difícil identificarlos o reconocerlos como son los introyectos (p.10)

Por último, es necesario mencionar otro factor importante que se presenta durante la adolescencia: la falta de rumbo; esto debido al contacto con los amigos, la propia reflexión que se auto confronta, los adultos que los tratan diferente, su cuerpo que está cambiando, entre otros tantos aspectos que son importantes de acompañar y orientar. En palabras de Santana-González (2023) “luego de exponer los fundamentos de todos los autores citados con anterioridad, podemos notar que muchos adolescentes crecen sin saber quiénes son, sin saber cuál es su rol, sin saberse existentes [...]” (p.49), ello explica, que los y las adolescentes se encuentran confundidos sin lograr quién les pueda orientar o escuchar ante lo que les pasa.

3.2. Ser padre o madre

La Real Academia Española (2023) define padre del latín pater, -tris. cómo “varón que ha engendrado uno o más hijos” y madre del latín mater, -tris. cómo “mujer que ha concebido o ha parido uno o más hijos”, es decir, que en ambos casos presentan la concepción de uno o más hijos.

La figura paterna y materna en la persona contribuye a la formación del concepto de sí mismo. La falta o desproporcionada interpretación de estas figuras, puede propiciar que se otorguen significados distorsionados de las figuras parentales, de acuerdo con Estalayo (2010), “[...] la diferencia entre padre real, simbólico e imaginario que teoriza el psicoanálisis en la valoración diagnóstica de la “competencia parental”. La ausencia de estos conceptos puede implicar valoraciones precipitadas y superficiales excesivamente focalizadas en aspectos

fenomenológicos” (p.1). Es decir, la idea de sí mismos como padres, se define en términos de cómo se comprendieron las propias figuras paternas; sin embargo, es posible modificar su participación paterna o materna, según se involucre él mismo y se haga consciente.

Siguiendo con la interpretación de las figuras parentales, Estalayo (2010) hace mención que ya desde siglos anteriores la palabra “padre” se había asociada al temor y a la violencia, por lo tanto, ya desde la antigüedad la figura paterna, representaba autoridad. Estalayo (2010) reafirma el postulado de Freud (1982) “el padre irrumpe traumáticamente portando la doble prohibición, donde se introduce el concepto de castración” (p.432), lo cual explica que desde la antigüedad, la figura paterna se ha comprendido de una forma autoritaria; es decir, se entiende que el padre, es el que aplica la autoridad y la ejerce tanto de manera verbal como física.

Respecto a la figura materna, Estalayo (2010) refiere que de los cuidados maternos dependía la formación moral, “son necesarios los frutos de su experiencia; enseñanza moral complementaria a la educación intelectual y física [...]” (p.1). De esta forma, se reconocía la importancia de los cuidados y protección de la madre, quien aportaba los aprendizajes de comportamiento, enseñanzas de vida y formación religiosa.

En este sentido, Estalayo (2010) cita a Fossier (1988), quien explica como en tiempos pasados, se comprendían a las figuras paterna y materna, así como la influencia de la religión en la crianza, “a lo largo de la época feudal, este lugar del padre/hombre se vincula con claridad con el papel atribuido a la mujer, también desde el discurso de la Iglesia que la vinculaba con Eva, pecadora, desobediente, cruel, envidiosa, impúdica y débil” (p.422). Es posible notar, como estas interpretaciones del papel de la madre y el padre, a lo largo de la historia, han posicionado al padre como figura autoritaria y a la madre como figura sumisa.

En este sentido, Ronciere (1985) describe cómo el poder del padre de familia no era distinto en la vida privada, al poder de los nobles en sus reinos. La autoridad del padre era equiparable a la del rey, de ahí la frase de “a todo el mundo se le considera rey en su propia casa”, interpretando el papel que ejercía el padre y la autoridad de este con su familia.

En otra época, narra Estalayo (2010), no se cuestionaba que se educara utilizando el castigo físico, sin embargo, a partir del siglo XVI se podía transferir la facultad a otras personas de reprender a los hijos, si el padre o la madre debido al afecto, no podía llevar a cabo esta facultad.

A partir de las costumbres de crianza antes expuestas, Flaquer (1999) distingue tres fases en la figura paterna; la primera, que el padre empezó a desaparecer físicamente del hogar cuando se convierte en asalariado, despojándose de sus medios de producción, que eran una de las bases de su autoridad; la segunda, el inicio del trabajo asalariado de las mujeres de clase media, que obliga al hombre a negociar no sólo en el exterior en el mercado de trabajo, sino también en el interior del hogar; y por último, el incremento de las tasas de divorcio. En cuanto a los roles que cumplen los padres de familia, Torres (2004) explica cómo se han presentado cambios en los últimos tiempos:

estas transformaciones que se perciben en la familia están relacionadas con los cambios en los papeles que anteriormente tenían asignados los hombres y las mujeres que seguían un modelo patriarcal, en donde el varón tenía asignado el papel de protector y proveedor, dando más relevancia a este último, y la mujer tenía asignadas las tareas del trabajo doméstico y de la crianza. (p.48)

Lo anterior, da un significado acerca del cómo en el transcurso de los años, se han ido modificando roles en las acciones del padre y la madre en el entorno familiar. En la actualidad, el cumplimiento de los roles se ha manifestado como una responsabilidad compartida, por lo que los adolescentes pueden reconocer a ambos padres como figuras de autoridad.

Se puede observar que para los padres de familia y tutores, el peso de las costumbres e imaginarios de buena crianza, confrontadas con las dinámicas familiares actuales, el cambio de los roles, así como las características de las nuevas generaciones de adolescentes, pueden originar estados de incongruencia y confusión, en este sentido, Bautista-Naranjo (2021) retoma a Rogers para focalizar cómo desde la posición del padre o de la madre, es posible educar sin tener certeza de hacerlo bien, adecuados al tiempo de los jóvenes y notando contradicciones. Es posible notarse incongruentes en la manera de efectuar la

crianza, ello por las circunstancias del contexto, pero también, es posible confiar en el autoconocimiento, la intuición y los aprendizajes previos “una persona puede ser capaz de recobrar su conciencia a la incongruencia entre la realidad que experimenta y su autoconocimiento ya que esto puede deberse en gran parte en las relaciones personales que le permitan hacer contacto con su conducta incongruente [...]” (p.26). Lo anterior muestra, que, como padres, madres o tutores, se puede titubear con la crianza de los propios hijos o adolescentes a cargo. En el proceso de ser personas que educan a otras personas, se puede pasar por momentos de contradicción.

Uno de los aspectos más complicados de evitar, es el perder la cordura y, por consiguiente, la posición de respeto. La crianza de los adolescentes tiene tres columnas inquebrantables: el respeto, establecer límites y mantener la buena relación familiar. Si uno de estos aspectos es minimizado, será aún más complicado educar con bases seguras. Pues bien, en este sentido Satir (2002) menciona cómo al ponerse al mismo nivel, -engancharse en las discusiones o tener una relación de confianza liviana-, afecta la relación entre padres y adolescentes, “si los padres tratan de presentarse como iguales, pasarán por alto esta oportunidad vital.” (p.259). Lo anterior demuestra, que, si los padres no se posicionan en su rol de padres, pierden la credibilidad ante sus hijos, y esto puede ocurrir de igual manera en la relación de tutores con sus tutorados. Entendiendo una falta de sentido común para establecer un límite surge principalmente en momentos de confrontación; Motrico, Fuentes y Bersabé (2001) presentan las razones de conflicto entre padres e hijos:

Una vez conocidos cuáles son los conflictos entre padres e hijos/as adolescentes y su frecuencia habría que estudiar por qué se producen dichos conflictos. Algunos investigadores han relacionado los conflictos familiares con el grado de autonomía emocional de los adolescentes con sus padres y con el ajuste de los adolescentes, otros lo han hecho con la percepción de la autoridad parental de padres y adolescentes o con las diferencias en las expectativas sobre las relaciones familiares entre padres e hijos/as. (p.11)

Lo anterior, puede darse por la necesidad de establecer una jerarquía, demostrar quién es el fuerte y a quién se le debe de respetar. En este sentido, Schmill (2004)

explica cómo la autoridad se ha malentendido, estableciéndola desde una postura opresora, “ejercer autoridad se ha entendido como actuar de manera rígida, inflexible e incluso ofensiva utilizando el maltrato con el fin de lograr la obediencia” (p.153), dicho esto, para muchos padres de la actualidad esté concepto continúa estando vigente, y desde un introyecto aprendido del padre, del padre del padre y del padre del padre del padre.

Retomando la última columna de la crianza, mantener la buena relación familiar tiene que ver con tener claro una finalidad. Pues bien, Rogers (1964) postuló que en el Enfoque Centrado en la Persona se logra identificar una relación como nutricia cuando puede ser acompañada de la aceptación positiva incondicional; es decir, ello permite que la persona pueda aceptarse a sí misma y lograr que la relación sea auténtica desde la comprensión empática, con la capacidad de descubrir cómo se siente el otro. Entendiendo este precepto y aplicándolo en la relación entre padres e hijos, entre tutores y tutorados, será posible lograr *la primera y última finalidad*, acercarse a los hijos adolescentes y a los tutorados adolescentes.

Una relación familiar establecida sin lo mínimo de aceptación entre los miembros puede ocasionar sentimientos de culpa en los padres y/o tutores. Gordon (2014) hace énfasis en cómo al revisar la crianza y darse cuenta de los errores cometidos, se pueden experimentar sentimientos que sólo los hijos pueden mitigar, “(...) cuando puede haberlos aliviado del sentimiento de culpa que se les ha hecho sentir cuando no aceptan a sus hijos, esta idea ha dañado muchas relaciones entre padres e hijos” (p. 38). En fin, esta puede ser una lucha entre lo que pasa por la cabeza y se entre cruza con el corazón, aquello que en su momento se consideró oportuno de aplicar, y en la actualidad se demuestra que no se tomó la mejor medida. En cuanto al establecimiento de límites, el último de las columnas inquebrantables, Gordon (2014) refuerza la importancia de poner los límites en la relación, planteando lo siguiente:

los padres se les ha dado autorización moral para usar su autoridad o poder para restringir ciertos tipos de conducta ("poner límites" a) que ellos no pueden aceptar; han interpretado esto como algo que justifica el derecho de controlar, restringir, prohibir, exigir o negar, en tanto que lo hagan en forma inteligente de manera que el niño lo perciba como rechazo hacia la conducta,

no hacia él. (p. 38)

Se puede concluir la importancia de plantear límites como padres hacia sus hijos, como personas que también fueron criados con cierto margen de error y entender que los límites ayudan a evitar la crianza con sobre autoridad, castigos o regaños.

Cuando los hijos crecen, son conscientes y tienen la capacidad de evaluar la crianza que recibieron, en ocasiones pueden recriminar lo que se hizo o se dejó de hacer. Los hijos reclaman el tiempo que no se les dio y pudo ocasionar descuido y abandono. En este sentido, Santa-González (2023) hace mención de que, el hecho de que un padre o madre trabajen no es un impedimento para alegar que no tienen tiempo para sus hijos debido al trabajo no exime a los padres de la responsabilidad ni del impacto negativo que pueden causar, el cual puede afectar a los hijos de manera indefinida.

Entre la vorágine de las obligaciones del trabajo y las responsabilidades familiares, se puede perder de vista que lo importante es la calidad del afecto; leer por unos minutos un cuento, hacer un pequeño reconocimiento, otorgar un cariño, compartir una anécdota graciosa del día, o simplemente, llegar a casa y tener la intención de saber cómo les fue en su día...esos pequeños gestos, no implican asignar mucho tiempo. En ocasiones, lo que se da con interés de darse, no implica gran esfuerzo.

Acercándose al final de este constructo, Motrico et al (2001) comparten un dato interesante relacionado con la participación de los padres y las madres en la vida de los hijos, “estudios han mostrado que las madres suelen estar más atentas que los padres a la vida personal y familiar de los adolescentes, mientras que los padres se preocupan más por las relaciones sociales y el rendimiento académico de los hijos/as” (p.10). Este dato, orientó al autor de este trabajo a plantearse la siguiente pregunta: ¿Qué ocasiona que un gran porcentaje de los padres no se involucren con sus hijos?

3.3. Introyectos

Al hablar de los introyectos Perls (1976), describe a la introyección como un mecanismo de tipo neurótico por lo cual se incorporan dentro de la persona: patrones, actitudes, comportamientos y formas de pensar que se han adoptado como parte de la propia personalidad. Es decir, la introyección se va adhiriendo de forma consiente e inconsciente según la forma en lo que haya aprendido y corresponde al contexto en el que se fue criado, o, los grupos significativos además de la familia nuclear, de los cuales se consideró oportuno integrar algún introyecto.

Los introyectos son plantados en la persona sin generar un cuestionamiento, se aceptan como son, como vienen y llegan a la persona. Dicho en otras palabras, Perls (1976) menciona que “[...] es aquello que aceptamos indiscriminadamente, lo que ingerimos en vez de digerir, pasa a ser un parásito, un cuerpo extraño que hace de nosotros su morada. No forma parte nuestra, aunque presente la apariencia de serlo. Aún es parte del ambiente” (p.43), ello quiere decir que, la introyección se va incorporando al individuo y se va alimentando por el ambiente externo. También se puede deducir que en la medida en la que las introyecciones se quedan en la persona, se puede dar cabida a otras similares y con esto se refuerzan entre sí.

En este sentido, Muñoz (2012) menciona que los introyectos son mensajes explícitos o implícitos con respecto a la persona misma en la vida que le rodean, se les considera las ideas verbales no verbales que la persona se tragó “sin masticar” que por lo regular se hace con el fin de ser aceptado de aquellas personas que le eran significativas; es decir, estas ideas no tienen fundamento en la propia experiencia y se asumen para buscar su aprobación o afecto. Es como meter al propio *costal* los objetos de otras personas, lo que no es de uno; sin embargo, se considera propio.

Con relación a cómo se transmiten los introyectos, Berger y Luckmann (1999) hacen mención de que son impuestos por los padres, maestros, familiares o personas con las que se interactúa parte de su tiempo, y se van trasladando hacia los propios hijos e hijas de manera impuesta y obligatoria. Debido a esto, Berger y Luckmann (1999) reafirma que ir repitiendo, utilizando las mismas frases, posturas, reglas y criterios, ya sea para favorecer el bienestar de la persona o, por otra parte,

una vinculación fría y distante con los hijos, se contribuye a forjar un modo de actuar y pensar en la edad adulta de los hijos e hijas.

Los introyectos negativos se apoderan de la persona, impidiendo que se manifieste su potencial, aquella que está llamada a ser, o tal vez aquella que se imagina ser, y que por ese cúmulo de *objetos ajenos que carga en el costal* no avanza a alcanzar su mejor versión. De esta misma forma, Bautista-Naranjo (2021) menciona que los introyectos pueden convertirse en un peligro en estos dos aspectos:

- a) Cuando el individuo que introyecta posee varios introyectos se vuelve inadmisibile que exprese o descubra quien es, por lo que le cuesta trabajo desarrollar su personalidad.
- b) Los introyectos provocan la dispersión de la propia personalidad cuando se quieren adoptar más de dos conceptos o percepciones que son incompatibles, que sucede por lo común al querer parecer o actuar como alguien que no se es. (pp.28-29).

Por lo tanto, los introyectos distorsionan la personalidad a tal grado que afecta su propia autonomía, dejando de ser libre en la toma de decisiones. Muñoz (2012) menciona cómo esos mensajes explícitos e implícitos son todos aquellos conocimientos que se quedaron acomodados en el inconsciente y que son aprendidos de personas que son significativas en la propia vida como: padres, abuelos, hermanos y profesores, lo cual se pueden tomar como creencias personales; es decir llegan asumirse como algo propio y una valoración de patrón de conducta.

Por su parte, Rogers (2020) menciona cómo los introyectos influyen en la toma de decisiones de la persona “que trata de pensar, sentir y comprenderse de la manera en la que los demás creen que debe hacerlo” (p.114). Dicho lo anterior, los anhelos y pensamientos de la propia persona, se ven influenciados por lo que los demás han manifestado según sea su entorno.

Los seres humanos son tribales, la necesidad de ser parte de un grupo ofrece seguridad y también aprendizajes necesarios para la sobrevivencia, de hecho, se puede decir que estar apartados no aporta al crecimiento de la persona, por lo que de manera irreflexiva se hacen propios los introyectos. De este modo, Satir (2002)

comparte que en la sociedad hay condiciones que aportan a los introyectos, “las reglas que usan los individuos para nombrar cómo deben sentir y actuar, y que después se convierte en lo que denomino sistema familiar” (p.18). Lo anterior, demuestra cómo las normas o reglas pueden interrumpir en el proceso de crecimiento de la persona para su bienestar.

En relación con los adolescentes, y de acuerdo con Bautista-Naranjo (2023) “los introyectos o las valoraciones autoimpuestas afectan la construcción del autoconocimiento en los adolescentes” (pp.11-12), por consiguiente, un adolescente que está en búsqueda de sí mismo, su personalidad, su identidad, se ve afectado en su proceso de autoconocimiento, en esa lucha interior entre lo que debe de ser y quiere ser.

En otro sentido, Barceló (2013) sostiene que los introyectos “adquieren significados en función del contexto y que en múltiples ocasiones poseen una gran capacidad de influencia en las situaciones de interacción” (p.185). Lo antes dicho muestra que los introyectos se manifiestan de manera inconsciente, no se percata que todos ellos se asoman en las propias interacciones y que, a su vez, las personas con las que se mantiene una interacción muestran sus propios introyectos. Dicho en otros términos, Lafarga y Gómez (1991) hacen énfasis en cómo los patrones de conducta van de la mano con los introyectos y lo plantea de la siguiente manera:

en esta forma creo la mayoría de nosotros acumulamos los patrones valores inyectados por los que nos regimos en esta cultura de ahora fantásticamente compleja. Los patrones que inyectamos como deseables o indeseables provienen de una variedad de fuentes y suelen ser muy contradictorios en su significado (p.142).

Es decir, la confusión entre lo que se quiere y no se quiere, distorsionan el significado de lo que realmente la persona desea o necesita para su bienestar. En consecuencia, se puede decir que en un ejemplo de los introyectos más comunes serían, como lo comparten Lafarga y Gómez (1991) “obedecer es bueno; obedecer sin preguntar es todavía mejor. El hacer dinero es el bien máximo y las fuentes de este valor concebido son demasiado numerosas para mencionarse” (pp.142-143). Este ejemplo es compartido por una parte de la sociedad y ha crecido bajo estos criterios o condiciones de convivencia. Se puede decir que, mientras no se conozca

la importancia de estas manifestaciones en la propia personalidad, difícilmente se puede renunciar a ellas, y así transcurre la vida, con el *costal lleno*.

Respecto a las conductas sexuales y su relación con los introyectos, Lafarga y Gómez (1991) comparten otro ejemplo de los introyectos sociales: “cuando los deseos y conductas sexuales son malos, por lo general, los orígenes de esta primicia son muchos: padres, iglesia, maestros” (p.142). Una parte muy importante de la persona es la propia sexualidad. El darse cuenta de que este tema, impacta en la sexualidad de las personas, es verdaderamente interesante. El cómo se aprende a manejar la propia sexualidad y se maneja de manera negativa a partir de la influencia de otros. En este tema los adolescentes requieren bastante orientación.

En relación con el autoconcepto, Gordon (2014) refuerza la mezcla de los introyectos con patrones, que dan como resultado la falsa aceptación, ocasionando que a la larga esto puede ser dañino en la relación entre padres e hijos. En este sentido, se considera que la honestidad y la sinceridad cobran vital importancia. Es decir, los hijos por la experiencia aprenden que la madre o el padre a menudo dicen una cosa cuando en realidad proyectan sentir otra, generándole la desconfianza entre lo que los escuchan decir y lo que reflejan que sienten. Los hijos se percatan de más cosas de las que se imagina, todos sus sentidos están alerta a lo que pasa a su alrededor. Por ejemplo, aprenden a ver las relaciones entre sus padres, sus padres con sus abuelos, etc. En este sentido Satir (2002) menciona las luchas internas que tienen los introyectos en la formación de la persona “los hijos, en particular, suelen verse atrapados en la lucha que se desarrolla entre padres y abuelos.” (p.316), de tal forma que las hijas e hijos, pasan por ese proceso de elección constante en el que deciden repetir los mismos patrones o relacionarse de otra manera con sus padres.

A manera de conclusión, se reflexiona en que la persona, desde su nacimiento, día a día se encuentra aprendiendo, los introyectos se aprenden y se integran, es necesario revisar las relaciones que se generan en todos los entornos, para si ha de transpolar introyectos, que sean los menos negativos que impidan el crecimiento de la persona. Rogers (2020) ha postulado la importancia de fomentar una relación de empatía y comprensión. Desde su aportación, la otra persona descubrirá la

capacidad de utilizar su experiencia para madurar y potencializar un cambio y un desarrollo. En consiguiente, si los padres o tutores clarifican que introyectos les impide tener un acercamiento con los hijos, lograrán reforzar un vínculo, no sólo en su célula familiar, sino también en su espacio social.

3.4. Patrones de conducta

Satir (2002) menciona cuatro patrones de conducta que hay en las relaciones interpersonales y estas son aplacar, culpar, calcular y distraer, “estas se presentaron cuando una persona respondía a la tensión ante lo vivido [...]” (p.94). Estos patrones, en mayor o menor medida, son manifestados por casi todas las personas, lo que los evidencia más en su comportamiento es la frecuencia de sus manifestaciones, así también, lo dañinos que pueden llegar a ser.

Continuando con Satir (2002) afirma que, “es importante que entiendas que cada vez que hablas, lo hace todo tu ser; cuando pronuncias una palabra, tu rostro, voz, cuerpo y músculos hablan al mismo tiempo” (p.95). Dicho de otro modo, el propio cuerpo manifiesta un lenguaje, el cual habla más de lo que se podría decir verbalmente. Dicho esto, Barceló (2013) refirma cómo lo no verbal hace ese lenguaje universal mencionando:

Nuestros gestos, movimientos, miradas son voces de nuestra experiencia. Nuestra sabiduría interna tiende a expresarse, uno de los modos de expresión lo constituye lo no-verbal: la postura, la gesticulación, la expresión facial, la mirada..., estas expresiones emocionales tienen un papel primordial en la vida del ser humano e incluso llegan a establecerse como el lenguaje universal, captar y comprender sus útiles significados nos abre un amplio portal de acceso a la seguridad propia y a la de los demás. (p.189).

Rogers (1964) expresa que las palabras transmiten los mensajes de manera clara, pero el lenguaje no verbal, transmite lo que realmente se quiere decir; es decir, lo que realmente se desea “las palabras transmiten un mensaje, pero por vías más sutiles, comunicó el fastidio que siento; esto confunde la otra persona y le inspira desconfianza, aunque ella tampoco advierte del origen de la dificultad” (p.60). En consecuencia, si se manifiestan dos patrones bajamos la misma circunstancia, será difícil descifrar o reforzar el mensaje.

En este sentido, cuando no hay una comunicación clara se presenta un periodo de frustración. En este sentido, Rogers (1964) comparte que “cuando como padre, terapeuta, docente o ejecutivo, no logro percibir lo que ocurre en mí mismo a causa de una cualidad defensiva, sobreviene la sensación de fracaso” (p.60). La persona ante una situación en la que no hay una buena comunicación, se invalida lo que realmente desea expresar, y será difícil transmitirlo con claridad, generando frustración.

Los patrones de conducta se presentan durante las comunicaciones. Las personas que presentan de manera patológica estos patrones, los muestran durante sus intercambios de comunicación, evitando ser claros y orientando a los otros a no serlo, prevaleciendo la ambigüedad, la confusión o culpa.

3.5. El fortalecimiento de vínculos afectivos entre hijos e hijas con padre y madre

3.5.1 Reconciliarse con padre y madre

Para empezar, Lafarga y Gómez (1990) mencionan la importancia de vivir en el presente y atender asuntos inconclusos porque de lo contrario, se le puede dificultar a la persona, vivirse en el presente y agregan que, “la persona con muchos asuntos inconclusos se relaciona con la situación nueva, a base de respuestas viejas” (p. 61).

Un padre o una madre que logra hacerse consiente de lo vivido, se permite hacer cambios e incluso utilizan otro tipo de lenguaje con sus hijos o hijas adolescentes. Buber (1976) destaca la importancia de la reconciliación personal al afirmar que el ser humano no puede desarrollarse plenamente solo a través de su relación consigo mismo, sino que necesita interactuar con otras personas para lograrlo. Un padre o una madre tiene la posibilidad de reconciliarse con su propio adolescente, al reconocerse en su hijo o hija ante el hecho presentado y vuelto a experimentar. Por su parte, Barceló (2013) reanima a experimentar las relaciones desde la experiencia, es decir:

nuestra experiencia siempre se da en relación con otros, por lo que el significado de nuestra vida consiste en formar relaciones con otras personas para sentir nuestra propia existencia. Creamos conjuntos la relación a partir

de las experiencias compartidas y otorgamos significados a nuestras experiencias comunes” (p.203).

Un padre o madre, que desea crear armonía en su relación y en la experiencia con su hijo o hija adolescente, tendrá que ser consiente de ser congruente en lo que pasa y expresar su vivencia. Así mismo, Gordon (2014) menciona que un padre permisivo no es bueno para la relación con su hijo o hija, explica que: “tratan de actuar en una forma de aceptación que va más allá de sus propias actitudes verdaderas, dañan seriamente la relación con sus hijos, así como producen grave daño psicológico a los niños mismos” (p. 37); es decir, un padre o una madre que actúa de forma de caer bien con su hijo o hija sólo causará daño en la relación, ya que no hubo una sinceridad y honestidad.

Al hablar de aceptación, Gordon (2014) postula que más allá de querer ser aceptantes en la relación con los hijos, la mejor aceptación que se puede manifestar es siendo sincero primero y, antes que nada, consigo mismo, y no mostrar una aceptación que no puede darse de manera orgánica, “necesitan comprender que es mejor no tratar de extender su área de aceptación más allá de lo que sus verdaderas actitudes alcanzan. Es mejor que fingir darse cuenta de cuándo no está uno en aptitud de aceptación y expresarlo” (p. 37). Lo anterior, representa ser coherente entre lo que uno siente y experimenta hacia una relación con los propios hijos adolescentes, o si es el caso con los adolescentes a cargo. Así mismo, es conveniente expresarlo, decir de una manera serena y tratando de no herir a la otra persona, que uno no se encuentra en aptitud aceptante. En conclusión, Rogers (2012) menciona la importancia de reconocer las emociones para mejorar la comunicación:

no hay relación alguna entre estas preferencias convencidas y su propio proceso vivencial, o bien la hay, pero resulta confusa. Suele haber una discrepancia amplia pero no reconocida entre hechos, valores concebidos y lo que le muestra su propia experiencia. Como estas concepciones no pueden someterse a la prueba de la experiencia, debe mantenerlas rígidas e inmutables, de lo contrario sus valores se derrumbarían (p.30).

Que los padres reconozcan lo que están viviendo y percibiendo ante un suceso vivido o experimentado, abre la puerta al vínculo y el fortalecimiento de la relación

ante el hijo o hija en la adolescencia.

3.5.2 Fortalecimiento del vínculo entre padres e hijos adolescentes

Antes se ha hablado de la imperiosidad de la aceptación en la relación, la importancia de que la persona se sienta aceptado a partir de la actitud que se le muestre y de que se le haga saber aceptado; para Rogers (1964), la aceptación va más allá de generar un vínculo y lo explica de la siguiente manera:

la aceptación no significa nada si no implica comprensión, solo cuando comprendo los sentimientos y pensamientos que era el cliente le parecen horribles, débiles, sentimentales o extraños. Y cuando alcanzo a verlos, tal como él, los ve y aceptarlos con ellos, se siente realmente libre de explorar los rincones ocultos Y los vericuetos de su vivencia más íntima y a menudo olvidada. (p. 44).

Interpretando el pensamiento de Rogers en la relación con los hijos, se puede decir que cuándo un padre o una madre se da la oportunidad de abrir el corazón con su hijo, de verlo desde cómo él vive su propia circunstancia, de disponerse para hacerlo sentir comprendido, que se sienta escuchado, sin sentirse juzgado, señalado o con miedo al castigo; se podrá alcanza ese estado de la relación que fortalece, que consuela, que logra que el adolescente más allá de saberse aceptado se sienta amado. Si el hijo adolescente o el adolescente a cargo, se siente amado, podrá dormir tranquilo y todos sus conflictos se resignificarán por lo menos por una noche.

La elección de como *estar* para con los hijos adolescentes es más que simplemente *elegir*, tiene que ver con conectar consigo mismo para reconocerse, reconocer qué es lo que pasa en uno cuan se tiene interacción con los hijos. Este autorreconocimiento trae certeza y herramientas para la comunicación, es como sentirse *libre* después de haber decidido hacer algo muy importante. De acuerdo con Rogers (1964), esta libertad es una condición crucial en la relación. Implica la capacidad de explorarse a uno mismo, tanto a nivel consciente como inconsciente, y de embarcarse en esta búsqueda, aunque sea peligrosa, lo más pronto posible. Es decir, el padre, la madre o el tutor, desde su autoconocimiento, tienen la libertad de escoger cómo será su reacción ante un hijo que se presenta a contar una

situación personal o un hecho relevante, desdoblado ante sus padres la identidad que ha descubierto o simplemente compartiendo una anécdota.

Cada uno tiene la decisión en sus manos de cómo crear un vínculo con los hijos, un vínculo que se muestre libre y despojado de prejuicios. Un vínculo que actualice a ambos, el padre se permite sentir amor para su hijo, porque está libre. Los prejuicios y las actitudes de desaprobación son cosa de uno, atan y no permiten que haya una conexión con el otro. Reconocer lo que uno siente, tener esa oportunidad de razonar e identificar lo que está pasando, libera y se puede sentir amor, ese amor libre.

En cuanto a la relación de ayuda, Rogers (1964) reflexiona que podríamos definir la relación de ayuda como aquella en la que uno de los participantes busca fomentar en una o ambas partes una mejor comprensión y expresión de los recursos internos del individuo, así como un uso más efectivo de estos. La relación de ayuda se intenta con el propósito de que la otra persona se sienta bien, y si es posible, la persona que ayuda también logre sentirse bien. La intención es que, al cabo de un tiempo de haber creado este vínculo y aplicando las condiciones de la relación, desde Rogers (1964) ser auténtico, ser aceptante, comprensivo y transparente, se pueda notar que ambas partes se han actualizado, o por lo menos, la persona a quien se pretende ayudar.

Dicho de otro modo, Barceló (2013) menciona que para generar ese vínculo en la comunicación, surge un proceso de comunicación intersubjetiva, “un proceso de construcción intersubjetiva del sentido implica también un intercambio afectivo y requerirá una relación de empatía para la mejor comprensión del otro, que al mismo tiempo permitirá el control de los niveles de ansiedad” (p.206), es decir, expresando lo que uno siente ante el hijo o la hija adolescente, y a su vez, ellos se sientan en confianza de expresar lo que sienten por sus padres. Expresar cariño de manera mutua logra lo imposible, lo que se pudo haber creído que nunca pasaría, tener un acercamiento. En pocas palabras, si se le habla a un hijo o hija adolescente desde lo que le pasa al padre o la madre, se orientará a la comprensión y logrará hacer clic en una atenta relación.

Por su parte, Romero-Frausto (2023) aporta que para fortalecer la relación es necesario escuchar, “es decir, este estilo de comunicación se basa en una serie de

comportamientos por parte del oyente que preparan a la persona para escuchar y para concentrarse en el mensaje de su interlocutor realizando un vínculo especial con sus emociones” (pp.49-50); quiere decir, que la persona que escucha, no solo debe estar receptivo y atento, si no que con toda su persona se prepara para entender lo que le pasa al otro. En la relación de escucha con los adolescentes, todo lo que se pueda percibir de su comportamiento, comunica. Es necesario, tomarse unos segundos para *prepararse* para escucharlos, sobre todo cuando comparten una situación personal difícil. En este sentido Barceló (2013) comparte que la comunicación refuerza los vínculos al decir que:

desde esa comunicación transparente creamos vínculos de reconocimiento y de respeto profundos porque dejamos de usar al otro como instrumento y de considerarlo como objeto, ambas personas en relación nos enriquecemos y transformamos, aprendemos a vivir juntos y logramos la plenitud como persona (p.230).

Desde esa mirada, se refuerza que en estado de congruencia entre lo que pasa a los hijos con respecto de lo que les pasa a los padres, ambos se pueden enriquecer y vivir transformar la relación si juntos cruzan los límites de su comunicación.

Siguiendo con Barceló (2013) que menciona que para fortalecer una relación será necesario quitar prejuicios, miedos, mecanismos e interpretaciones que rodean o limitan ser lo que somos; y, desaprender todo esto constituirá un requisito para contribuir un camino hacia uno mismo con el riesgo de vivir de manera auténtica en relación con la propia experiencia vivida hacía la persona. Señala que, en la relación, como antes lo compartió Rogers, es necesario reconocer lo que a uno le está pasando. Barceló lo comparte de la siguiente manera: “transitar este camino exige interrogarnos, estar atentos a lo que nos ocurre captar cómo nos afectan los acontecimientos de la vida” (p.102). De acuerdo con lo anterior, es importante asimilar lo que pasa, y puede ser tan sencillo como plantearse una pregunta: ¿Qué me pasa al escuchar esto de mi hijo? A manera de reflexión, mirarse desde afuera con la finalidad de descubrir y hacer consciente de que es lo que pasa ante la circunstancia que ofrece la escucha.

Para Lafarga y Gómez (1990), la relación también necesita de un respeto, “también se está desarrollando un nuevo tipo de educación para los padres, en el que hay

respeto por el padre como una persona con sentimientos y derechos, así como hay respeto por el hijo y sus sentimientos y sus derechos” (p.212). Por lo cual, esto ayudará a que la relación se valide mutuamente y lo que se está viviendo. Es descubrirse de persona a persona con la sinceridad de una realidad que confronta cualquier tipo de situación.

Si esta disposición de respeto y aceptación se logra, será posible potencializar a los hijos adolescentes o adolescentes a cargo, desde Rogers (1964), “si puedo crear un cierto tipo de relación, la otra persona descubrirá en sí mismo su capacidad de utilizarla para su propia maduración y en esta manera se producirá el cambio y el desarrollo individual” (p.43).

Cómo dice Satir (2002), qué es lo que buscan los adolescentes en una relación “ante todo, los adolescentes necesitan relaciones sensibles y flexibles con adultos en los que puedan confiar” (p.337). Como se puede notar Satir propone lo mismo que Rogers (1964), buscar un ambiente de seguridad, confianza, respeto y empatía, con la garantía de sentirse confiados al expresar su sentir, dudas, miedos y conflictos internos, que le ayuden a aterrizar sus ideas o conceptos.

3.6 Grupos nutricios

Los grupos nutricios desde la mirada de Rogers (1964), se puede decir que generan un desarrollo en los hijos e hijas:

Los hijos de padres que tenían actitudes cálidas y equitativas demostraron un desarrollo intelectual acelerado -determinado por el incremento del C.I. y manifestaron más originalidad, seguridad emocional y control y menos exigibilidad que los niños procedentes de otros tipos de hogares. Si bien la iniciación de su desarrollo social fue lenta al alcanzar la edad escolar, eran líderes populares, amistosos y no agresivos” (p. 51).

Es decir, fortalecen su bienestar psicosocial, cultural, intelectual y la relación interpersonal. Los adolescentes y niños que se desarrollan en ambientes familiares nutricios reflejan estados de ánimo positivos; son amigables, comprensibles, transparentes y, pueden reconocer más fácilmente sus emociones.

En este sentido, Gordon (2014) plantea la importancia de las investigaciones que se han enfocado en la relación entre padres e hijos, y señala que las relaciones

positivas tienen un efecto importante en la persona:

Por el contrario, la psicología, el desarrollo de los niños y otras ciencias de la conducta han reunido información nueva e impresionante sobre los niños, sus padres, relaciones interpersonales, cómo ayudar a otra persona a crecer, cómo crear un clima psicológicamente sano para las personas. Se sabe mucho acerca de la comunicación efectiva entre las personas, sobre los efectos del poder en las relaciones humanas, resolución constructiva de conflictos, y así sucesivamente” (p.18).

Rogers (1964) plantea la coherencia como un pilar para conocer y comprender a la persona, dilucidando cada gesto, palabra o emoción que transmita lo que significa una situación. El estar coherente, es primero dilucidar en la propia persona, reconociendo los sentimientos que se experimentan al intentar crear una relación de ayuda. Ello permitirá estar sereno y abierto para el otro.

He llegado a comprender que ganar la confianza del otro no exige una rigidez estabilidad, sino que supone ser sincera y auténtica. He escogido el término coherente para describir la manera de ser que me gustaría lograr, esto significa que debo poder advertir cualquier sentimiento o actitud que experimento en cada momento. Cuando esta condición se cumple, soy una persona unificada o integrada y por consiguiente puedo ser tal como soy, en lo profundo de mí mismo. Esta es la realidad que inspira confianza a los demás. (Rogers, 1964. p. 60).

Para Satir, hablar de lo que a uno le pasa con otras personas, reconforta y abre la posibilidad de crear nuevos vínculos. El hablar, y ser escuchado reconforta, “Al hablar de los conflictos con un grupo de personas interesadas, favorecerás la curación y el establecimiento de vínculos” (p. 368)

Los grupos son un aliciente necesario para la sanación y el crecimiento de la persona, el tener un espacio en donde se pueda ser escuchado, pueda motivar a sentir esperanza. Los seres humanos se liberan en comunidad, lo esperable de ser escuchado es mitigar la *carga*, ser parte de un grupo nutricional orienta a generar estados de ánimo saludables.

3.7 Desarrollo Humano

El Desarrollo Humano se entiende como una manera de particular de mirar al ser humano, la cual coincide con otras propuestas que forman parte del enfoque humanista existencial. Se comprende como una filosofía de vida que abarca el desarrollo holístico de la persona, sus relaciones interpersonales y la sociedad misma como lugar en el que se desenvuelve y aprende. Así mismo, para el Desarrollo Humano es importante la vida y la salud y la autodeterminación. Juan Lafarga (2010) planteó una serie de propuestas para describir el Desarrollo Humano que a continuación se explican a manera de resumen.

Se reconocen los programas que ejecutan el entrenamiento en Desarrollo Humano para el acompañamiento a personas que se encuentren en estado de confusión. “cualquier forma de promoción de la salud psicoterapéutica y no necesariamente es práctica de la psicoterapia.” (p.14).

Otra de las propuestas, abona a que la salud que considere cada persona para sí misma, es independiente y diferente a la que otra pueda considera oportuna, ello se explica de la siguiente manera: “La salud está en la satisfacción armónica e integral de las necesidades de los individuos, los grupos y la sociedad”. (Lafarga 2002, p.14)

La responsabilidad de la salud de la persona es de injerencia y preocupación de toda la sociedad, por lo que se debe promover el Desarrollo Humano a partir de generar el aprendizaje de este, “Es necesario pues, generar programas para formar promotores y facilitadores del Desarrollo Humano, a todos los niveles profesionales y paraprofesionales.” (p. 15)

El Desarrollo Humano reconoce a la persona como digna y singular, como posibilidades de crecimiento, que tiene la capacidad de aprender de sus experiencias, que es autónomo y libre para decidir sobre su vida, que es el único responsable de su propia vida, y que a partir de las relaciones que se establezcan con otros, se benefician todas las partes.

3.7.1 Enfoque Centrado en la Persona

Al hablar del Enfoque Centrado en la Persona, se hace referencia a la propuesta de Carl Rogers en cuyo centro se encuentra la relación interpersonal. Este enfoque

propone como una pauta y fin último que la persona alcance su Tendencia Actualizante, lo que se explica como una autorregulación y autodirección en el sentido positivo si se facilitan las condiciones que favorezcan el despliegue de esta tendencia. Lo anterior, sólo será posible si se ofrecen las condiciones que orienten a este crecimiento, estas condiciones debe hacerlas suyas y otorgarlas de manera adecuada la persona que acompaña. Desde Barceló (2012), estas condiciones se explican de la siguiente manera:

La primera condición propone la autenticidad, la sinceridad y la congruencia. Es lo que se define como mostrarse tal como uno es, quitarse la máscara. Cumplir esta condición orienta a generar un acercamiento, pues las personas pueden intuir que no hay falsedades de parte de uno y que se está poniendo sobre la mesa de la relación, las vulnerabilidades de otro ser humano como él. Desde Rogers (1964)

Entiendo por la aceptación. Un cálido respeto hacia él como persona de mérito propio e incondicional, es decir, como individuo valioso e independiente de su condición, conducta o sentimientos. La aceptación también significa el respeto y el agrado que siento hacia él como persona distinta. El deseo de que posea sus propios sentimientos, la aceptación y respeto por las actitudes del margen del carácter positivo o negativo de estas últimas, y aun cuando ellas puedan contradecir en diversa medida otras actitudes que ha sostenido en el pasado.” (p. 43).

La segunda condición necesaria para crear un clima que favorezca una relación de crecimiento, la constituye la aceptación, el aprecio o la consideración positiva incondicional. Esta condición se trata de disponerse para aceptar a la persona con todas sus vicisitudes, entender todo lo que lo conforma y alcanzar a sentir todo lo que le aqueja, pudiendo reflejar lo que se entiende que está pasando.

cuando una persona llega a mí atribulada por su peculiar combinación de dificultades, es sumamente útil crear una relación en la que se sienta segura y libre. Mi propósito es comprender cómo se siente en su propio mundo interno aceptarlo tal como es y crear una atmósfera de libertad que le permite expresar sin traba alguna sus pensamientos, sus sentimientos y su manera de ser.” (p.113).

Por último, la comprensión empática. Es como una manera de meterse en la piel de la otra persona, entender de tal forma su mundo, sus orígenes, su persona completa, que la comprensión sea patente y evidente. Esta comprensión se debe comunicar.

3.7.2 Actitudes básicas y habilidades de la relación

Para lograr esta relación la persona que facilita debe saber aplicar las actitudes y las habilidades de la relación. De acuerdo con Rogers (1964), las actitudes son: la escucha, la empatía, la consideración positiva incondicional y la autenticidad o congruencia del facilitador.

De acuerdo con Barceló (2012) La empatía se define como estar en un estado empático, más que tener respuestas empáticas. Lo que quiere decir, que más allá de ser escuchada una respuesta empática, la persona siente que se tiene empatía por ella. No es necesario manifestar verbalmente la empatía, la empatía se transmite *llega* a la persona sin necesidad de esfuerzo, pue es un estado sincero.

La escucha activa es escuchar en silencio. Se cree que, opinando en las circunstancias del otro, se refleja escucha, pero escuchar verdaderamente es guardar silencio para poder interiorizar la experiencia del otro. Si se escucha activamente, se logra poner más atención, uno se imagina el hecho, a veces, lo puede sentir como la persona lo platica y cuando se ha llegado a ese nivel de comprensión: se puede hacer el reflejo de lo que se escuchó.

La siguiente condición es consideración positiva incondicional. Representa disponerse para validar al otro, entender de tal manera lo que otros no han podido entenderle. Para el autor de este trabajo, significa aceptar a la persona con afecto. Entender, aunque no necesariamente aprobar lo que decida, siendo respetuoso con su persona.

Por último, ser congruente. La congruencia es estar bien plantado en uno mismo. Reconocer lo que le pasa a uno, tener consciencia de la experiencia y comunicar lo que se entendió, interpretó o sintió, mientras la persona compartía su experiencia. Representa ser lo que realmente se es, lo que representa ser una persona unificada. Actuar, pensar y sentir de la misma manera y proyectarlo a la persona con la se comparte. De acuerdo con Rogers (1964), esta autenticidad se

explica de la siguiente manera:

Si puedo crear una relación que de mi parte se caracterice por: una autenticidad y transparencia y en la cual pueda vivir mis verdaderos sentimientos; aceptación y valoración de la otra persona como alguien diferente, y una sensibilidad para ver su mundo, tal como lo ve, entonces, el otro individuo experimentará y comprenderá aspectos de sí mismo, anteriormente reprimidos; logrará cada vez mayor integración personal y será más capaz de funcionar con eficacia; se parecerá cada vez más a la persona que querría hacer; se volverá más personal, más original y expresivo. [...]" (p. 47).

3.7.3 El papel del facilitador

Facilitar el Desarrollo Humano desde el Enfoque Centrado en la Persona, implica llevar a cabo esta labor con las condiciones antes señaladas. Partiendo de esto, el facilitador es aquella persona que promueve en el otro el desarrollo y la superación de las circunstancias más adversas. Es una persona que al desempeñar el rol del facilitador requiere disponerse y prepararse para recibir a una persona que le necesita. Se requiere también no perder de vista que la persona cuenta con sus propios recursos para salir adelante, por lo que es necesario brindar confianza. El facilitador orienta teniendo en cuenta que una vez que ha escuchado, es necesario emprender el viaje, tamaño viaje, del autoconocimiento para determinar que le suma o que le resta a la vida de quien acompaña. Y después, sucede lo esperado, la persona muestra diferencias en su conducta, pensamientos y emociones, y ello, es una señal de que se está haciendo bien el trabajo.

El papel del facilitador orienta a que la persona pueda reconocer sus emociones y resignificarlas, a partir de colocar en otro lugar sus problemas para poderlos ver desde otra perspectiva. El facilitador lo acompaña desde una posición que otorga aprecio y aceptación, mostrando en que aspectos puede reflejarse, diciéndoselos, haciéndolo sentir comprendido de tal suerte que la persona sienta que es su momento de ser escuchado. El facilitador demuestra su aceptación incondicional, porque lo único que le importa es que la persona acompañada alcance su tendencia actualizante.

3.8 Conclusión

Como primer aspecto revisado en este apartado, se pudieron advertir algunas variables de desarrollo y formación por las que pasan los adolescentes. Lo que implican en su persona los cambios físicos y psicológicos y la manera como ellos enfrentan esa realidad que se manifiesta en su cuerpo y en su entorno, partiendo de su manera de decidir. Fue posible entender que debido al desarrollo de su cerebro y a su madurez en proceso, los impulsos predominan, por lo que muchas veces se les hace fácil tomar ciertos riesgos sin alguna reflexión previa.

Fue interesante reconocer que el comportamiento de los adolescentes también tiene que ver con la manera como se perciben; es decir, como van formándose la idea de sí mismos, así como la idea que tienen de los demás con relación a sí mismos. Es necesario que como adultos se ponga atención a la percepción que cada adolescente tiene de sí, porque ello representa un pensamiento permanente. Dado lo anterior, el crear una relación que permita atisbar como se siente el adolescente con relación a sí mismo, dará pautas de orientación y ayuda. El ser humano se acompaña de su propio ser humano todo el tiempo, y tener una buena relación consigo mismo facilita pasar por esta etapa de transformaciones. Aunque, como bien se mencionó, durante la adolescencia es inevitable pasar por algunos cambios, que, siendo transitorios, de cualquier manera, se manifiestan en el comportamiento de los adolescentes.

Desde el Desarrollo Humano, crear una relación sana con la persona, puede transformar su vida, ello, si se dan las condiciones de una relación de crecimiento. Rogers (1964) postuló una hipótesis aplicable en todas las relaciones con el propósito de orientar a su crecimiento, "Si puedo crear un cierto tipo de relación, la otra persona descubrirá en sí mismo su capacidad de utilizarla para su propia maduración y de esta manera se producirán el cambio y el desarrollo individual." (p. 43)

La importancia de los vínculos en la relación con los adolescentes se presenta como una base incomparable. Los vínculos se conforman tanto con las actitudes que se manifiestan evidentes y se dicen de manera clara, como con aquellas que se transmiten a través de los introyectos.

Durante los primeros años de vida, la relación que existe en la familia nuclear representa la seguridad y lo que la persona admite como válido; sin embargo, estas formas aprendidas de relación marcarán la pauta para relacionarse durante la vida adulta. Serán las formas conocidas para resolver la vida. Lo más probable es que los adolescentes que en lo sucesivo serán adultos, no reconozcan estos aprendizajes de manera consciente, pero si sus padres a tiempo establecen una relación genuina, los aprendizajes se podrán modificar en la adultez, siendo menos rígidas las formas como se resuelve la vida. Fue reconfortante volver a descubrir que todo radica en poner atención a las estructuras familiares y sociales, que está en las manos de uno hacer el intento de cambiar una relación tóxica a una nutricia, dando lo mejor como padres o, tutores a cargo de adolescentes. Este *dar lo mejor*, entre otras cosas, favorece a escuchar, aceptar y comprender desde una relación genuina en la cual, quepa el sentirse libre para externar las propias vulnerabilidades.

El papel del padre o la madre a partir del imaginario de buena crianza y las costumbres que por cultura se han repetido de generación en generación, marcan una confrontación con la crianza actual. Creando confusión y cierto miedo en la manera como se relaciona con los hijos, a veces, estableciendo límites de manera agresiva y violenta, retomando la crianza autoritaria que se recibió, otras, pretendiendo ser “amigo” del hijo, perdiendo la posición de padre y poniéndose a su nivel. Desde el desarrollo humano, la crianza debe comenzar a partir de tener la intención de crear una relación, Rogers (1964) lo justifica en el siguiente párrafo: “Por consiguiente sería razonable pensar que, si el padre crea en relación con su hijo, un clima psicológico tal como hemos descrito, el hijo será más emprendedor socializado y maduro.” (p. 46)

Como padres de familia de una sociedad ensimismada, cuyas preocupaciones en común son las de sacar adelante los compromisos económicos de la familia, la oportunidad de reconocer como se educa a los propios hijos y qué tan diferente es el propio estilo de educar, en comparación con el que se recibió de casa, es muy necesaria.

Este ejercicio de análisis de la educación que se otorga a los hijos brinda la oportunidad de reconocer los introyectos, aquellos que integran en la persona sin revisarlos y de manera inconsciente se aceptan y se toman como parámetros de

vida. Así mismo, si no se toma consciencia de que se tienen, se replican con las personas que nos rodean, y en este grupo se encuentran los hijos adolescentes o los adolescentes a cargo en el caso de los tutores. Estos, se consolidan a partir de los contextos en los que se desarrolla la persona. Lo interesante fue descubrir que no sólo son aprendidos de la familia nuclear, si no también, de las personas de otros grupos sociales, por lo que también el reconocimiento de los grupos nutricios fue trascendental para entender que uno debe unirse a personas que orienten a la buena convivencia, al aprendizaje y al respeto. Durante este trabajo, se insistió en la importancia de reconocer estos introyectos, para no replicarlos con los propios hijos. Hacer un balance, detenerse y revisarse, tener la disposición de despojarse de ellos, ya que seguramente, han impedido el propio crecimiento personal y/o han afectado en tener adecuadas relaciones sociales, y que, a su vez, pueden impactar de manera perjudicial a los hijos o en los tutorados a cargo.

Como reflexión a tantos temas que impiden tener una favorable relación familiar y con ello, el adecuado desarrollo de los adolescentes se considera de gran importancia enfocarse en crear relaciones nutricias con los hijos. Que estén llenas de aceptación, de palabras que animen, que fortalezcan; de escucha que se perciba auténtica, dispuesta, que refleje las emociones que los adolescentes gritan desde sus miradas y narrativas confusas; de transparencia que muestre confianza en decir lo que a uno le está pasando... Si se logra este tipo de relación, se cumplirá lo que Rogers (1964) identificó:

Cambia su autopercepción y se torna más realista en su modo de conceptuarse sí mismo. Comienza a parecerse a la persona que quería hacer y se valora más; se tiene más confianza y adquiere mayor capacidad de adoptar sus propias decisiones. Alcanza una mejor comprensión de sí mismo. Llega a ser más abierto a su experiencia, con lo cual disminuye su tendencia a negar o reprimir. Algunos aspectos de esta y comienza a aceptar mejor sus actitudes hacia los otros, pues advierte las semejanzas que existe entre él y los demás.” (p. 46).

Capítulo IV Fundamentación metodológica

En este capítulo se describe la estrategia metodológica. Se inicia con la metodología cualitativa, seguido del método de investigación acción participativa, posterior a ello se explicita la importancia del método fenomenológico y en qué consiste, después se describe la técnica a la que se recurrió que, en este caso, fue el taller y por último de las consideraciones éticas.

4.1 Metodología cualitativa

En este proyecto se pone atención a los introyectos y su relación con el vínculo afectivo entre padres e hijos adolescentes. La centralidad reside en la persona y en su experiencia. Se parte de que cada persona vive, siente, percibe y toma decisiones de manera particular. De manera que, se retoma la metodología cualitativa debido a que se centra en la vida diaria de las personas (Vasilachis, 2006).

Un aspecto fundamental es reconocer que, desde el campo del Desarrollo Humano se intenciona el cambio en las personas para mejorar algo de su situación. De acuerdo con el diccionario de la Real Academia Española (REA); intervención es: “tomar parte en un asunto”. La intervención va de la mano con la participación, cuyo significado es “compartir, tener las mismas opiniones e ideas de la otra persona”.

Intervenir desde el Desarrollo Humano se refiere a compartir con el otro el estar y escuchar con la finalidad de que la persona reconozca aquello que le sucede, es decir, cada padre o madre o tutor, identifique desde su sentir, con la seguridad de que no serán juzgados o señalados. Por medio de la intervención se pretende que las personas tengan conocimientos principalmente sobre sí mismas acerca de lo que les pasa. En este proceso, es fundamental la participación de quienes facilitan, pues acompañan procesos de cambio.

4.2 Método Investigación Acción Participativa

Por medio de la intervención, quien facilita toma en cuenta situaciones particulares, vela por el cuidado y el respeto entre quienes participan, en este caso, se trata de padres, madres y tutores con hijas-hijos adolescentes. Quien facilita promueve una forma de relación, como lo dice Rogers (2020) “el otro individuo logrará cada vez mayor integración personal, será más emprendedor y se tendrá más confianza,

podrá enfrentar los problemas de la vida de una manera más fácil y adecuada” (p.21).

En este sentido, la relación implica el encuentro con el otro, eso significa que quien facilita llega a un lugar y a una realidad que ya está dada; es decir, los padres tienen una historia y una manera de vincularse con sus hijos. De ahí que, Gómez-Gómez y Alatorre-Rodríguez (2014) recurran a la metáfora “jugar en la cancha del otro” para referirse precisamente, a la diversidad de situaciones presentes en la manera de convivir, vivir y resolver problemas en las personas, grupos, organizaciones y comunidades.

Un aspecto importante es que, se considera que las personas tienen capacidad para tomar decisiones y libertad para hacerlo (Quitmann, 1985). Esta manera de entender a la persona coincide con el método de investigación acción participativa, pues se asume que las personas participan en su propio proceso de cambio, con diversas posturas frente a un problema específico, se saben con habilidades y capacidades.

Esta postura se aleja de nociones donde se asume que quien es externo, es “el que sabe y se inserta en espacios habitados por quienes ‘no saben’ o ‘saben menos’” (Gómez-Gómez y Alatorre-Rodríguez, 2014, p.1). Desde el Desarrollo Humano se asumen que quien facilita y la población que participa son complejos, saben, toman decisiones, son personas únicas. En consecuencia, quien facilita acompaña sin invalidar a la persona. Pacheco (1993) señala que, quien facilita en la intervención se caracteriza precisamente por “promover cambios de comportamiento en un sector delimitado de la realidad social” (p.15); es decir, facilita acompañando con su ser, su estar y su quehacer, el proceso de búsqueda del amor, la libertad y la verdad en otros.

Desde la investigación acción participativa quien facilita se “encuentra frente a una realidad que no conoce, con construcciones culturales distintas a las propias, con formas diferentes de enfrentar la vida, resolver problemas, comunicarse, representar la realidad, en sí, de vivir” (Gómez-Gómez y Alatorre-Rodríguez, 2014, p. 2). Quien facilita reconoce que tiene formación y habilidades para acompañar, pero no vive las mismas situaciones de los participantes. La investigación acción participativa es un método que reconoce que las personas tienen capacidad de agencia, autonomía y decisión para participar en sus propios procesos de cambio.

4.3 Método fenomenológico

Una alternativa para promover el reconocimiento de los introyectos en padres es retomar su propia experiencia. Por ello, se recurre al método fenomenológico, pues como mencionan Sassenfeld y Moncada (2006), “las experiencias tal como el individuo las vivencia, no son separables de y siempre están dirigidas hacia algo, son sobre algo, de algo o con algo; constituyen una reacción” (p.5); es decir, la experiencia y el fenómeno siempre estarán relacionados y son particulares en cada persona. Por ello que, la *epoché*³ exige dejar a un lado o suspender, por lo menos temporalmente en la medida posible todos los conocimientos, ideas preconcebidas sobre la persona, situaciones o supuestos, para acompañar la experiencia de la otra persona.

En esta intervención se reconocen las experiencias de los padres, madres y tutores, como parte de su historia personal, para identificar y atender los introyectos que no favorecen el fortalecimiento de un vínculo afectivo con su hijo e hija en la etapa de la adolescencia. El marco de referencia del fenómeno se basa en las experiencias de los padres y madres o tutores con sus mismos padres y en su experiencia como adolescentes y progenitores.

El método fenomenológico se centra en la aceptación del fenómeno y en registros donde se describe la experiencia en relación con un tema o situación en particular. (Sassenfeld y Moncada, 2006). La importancia de la experiencia en el método fenomenológico es que, permite llegar a una parte de la historia de vida donde están los sentires, prácticas, costumbres y modos de entender el mundo respecto a una situación en particular.

4.4 El taller como técnica de intervención

Hoy en día, tener un espacio donde los padres, madres y tutores puedan encontrar apoyo al sentirse escuchados, compartir experiencias o situaciones que pasan con sus hijas e hijos adolescente y atender sus necesidades puede marcar una diferencia en su desarrollo personal, así como en su libertad para tomar decisiones. Por ello,

³ “La *epoché* no trata de negar o eliminar dichas concepciones, sino de reconocer su carácter subjetivo y particular de la persona que la posee” (Martínez, 2018, p. 149)

se propone un taller. Al respecto, Cano (2012) afirma que el taller permite construir conocimiento mediante la interacción y el intercambio de experiencias personales entre las y los participantes. Para que esta participación sea efectiva, es necesario preparar, organizar y diseñar el tema, así como los materiales y recursos. Para este proyecto, se consideró al taller como una técnica adecuada porque parte de temas contruidos a partir de la identificación de problemas y necesidades; también porque permite el trabajo participativo de la población, en este caso, de madres, padres y tutores.

4.5 Consideraciones éticas

Las consideraciones éticas son especialmente importantes en un proceso de acompañamiento ya que se refieren a la protección de quienes participan. Aun cuando se trata de promover alguna mejora en su vida, compartir la experiencia trae consigo una responsabilidad relacionada con la confidencialidad y el tratamiento que se dará a la información. En consecuencia, implica cuidar a la persona, que en este sentido son padres y madres.

González (2002) afirma que quien facilita debe “ver a la persona con su dignidad, comprensión, protagonismo y cultura como el eje de la acción” (93); es decir, no se trata de hacer una intervención para cumplir con un producto, sino atender a las personas. Por eso, es importante que sepan cuáles son los propósitos, en este caso del taller, que expresen sus dudas, que sepan de los posibles riesgos y en especial, que sepan que pueden retirarse en el momento en que lo decidan sin que haya represalias en su contra.

Además, señala González (2002) que, las consideraciones éticas están relacionadas con el cuidado de la persona antes, durante y posterior a la participación con ellas. En especial, cuando se trata de temas considerados como delicados o peligrosos por la situación que viven, puede suceder que, las personas se impliquen emocionalmente y comprometen su reflexión personal.

En este sentido, González (2002) señala que, “es necesario explicitar las prioridades, la vulnerabilidad y las inquietudes de las personas” (p. 97). Por lo tanto, las consideraciones éticas en una intervención no nada más se refieren a tener una metodología estructurada o un consentimiento informado, sino que también se

relaciona ante el actuar de quien facilita, ya que, representa una figura de respeto, seguridad y escucha activa.

Desde la primera sesión, quien facilita comparte con las personas el objetivo de las sesiones, tiempo y/o beneficios, validando si es lo que están buscando o no. Lo anterior debe ser explicitado de manera verbal por quien facilita y también debe estar en el consentimiento informado, el cual firmarán los participantes si es que están de acuerdo. Quien facilita se encarga de resguardar los audios o las videograbaciones con las expresiones corporales, verbales o gestuales de quienes participan para saber si están bien. Al momento de presentar la información debe recurrir al uso de seudónimos para no exponer a las personas o un rasgo de ellas que permita su identificación (González, 2002).

Asimismo, quien facilita crea un ambiente de confianza donde las personas llegan a acuerdos de respeto, confianza y convivencia. Al estar en un ambiente de confianza el grupo puede compartir experiencias, mientras quien facilita escucha de manera humanizada, desde la comprensión empática, autenticidad y aceptación positiva incondicional, promoviendo un tipo de acompañamiento al tiempo que quienes participan van descubriendo su *experiencia organísmica*⁴, (Rogers, 2020), de tal manera, que quien facilita se relacione desde un trato digno, respetando la libertad y autonomía a las personas.

⁴ “Experiencing de sentimiento: el significado personal de una experiencia de tinte emocional” Emoción + significado cognitivo (Rogers, 1985, p. 27)

Capítulo V Proceso experiencial de la intervención

En este apartado se describe el proceso por el que pasaron las y los participantes del taller *Desafiante tener un hijo adolescente*, dirigido a padres, madres y tutores con hijos adolescentes. Este taller se enmarca en el campo del Desarrollo Humano. También permite describir el proceso del facilitador y las estrategias implementadas para guiar a los participantes durante el taller. Asimismo, se describe la población atendida.

También, se presentan los hallazgos más destacados sobre los temas trabajados, mencionando los aprendizajes identificados durante las sesiones de supervisión. La población que asistió a este taller se formó en un principio por 16 personas, pero al avanzar las sesiones se fueron ausentando la mayoría por motivos de tiempo, ya que al descansar en domingo aprovechan el tiempo para hacer la compra de su despensa y otros por motivos de trabajo, por lo que al final sólo estuvieron seis madres y dos padres. Dentro del grupo participó un matrimonio, tres madres solteras (viudas o divorciadas), un padre y dos madres que viven con su pareja.

5.1 A continuación se presentan las dificultades, errores, aciertos y sugerencias presentadas en el taller.

Conforme avanzaban las sesiones del taller, era evidente el impacto que los temas iban dejando entre los participantes: el recuerdo de las heridas de la infancia, los recuerdos tristes, alegres o confusos, situaciones dolorosas y un sinnúmero de emociones expresadas tanto por los padres como por las madres. Conforme los y las participantes abrían su corazón, se podía reflexionar acerca de las implicaciones emocionales, los sentimientos, pensamientos e interpretaciones de cada una de sus vivencias y el impacto que causaban en el facilitador.

Para empezar a describir las implicaciones, emociones, sentimientos, pensamientos, interpretaciones y vivencias del facilitador durante las sesiones, se expresa que conforme los y las participantes abrían su corazón en ese encuentro consigo mismos, el facilitador se permitió hacer lo mismo ante las heridas, los recuerdos tristes, alegres o confusos, situaciones dolorosas y un sinnúmero de emociones que expresaron los padres y las madres.

Descrito lo anterior, se expresa en estas líneas un poco de lo que es el facilitador y, como menciona Rogers (2014), liberar su tendencia actualizante. Antes de iniciar con el taller, se sentía con una gran motivación de realizar un sinnúmero de actividades. Su corazón latía tan fuerte y su sonrisa era reflejo de la alegría que sentía al conocer a las mamás y los papás que asistirían.

Una vez que dio inicio el taller, el facilitador se hizo presente, como lo describe Barceló: “la experiencia consiste en un proceso cambiante, orgánico que tiene lugar en la interacción permanente entre nuestros sentimientos y los símbolos propios o del entorno interactuante” (2013, p.87). Es decir, realizó una actividad de respiraciones profundas que le ayudó a validarse como es, agradeciéndose por lo que había hecho hasta ese día; fue un momento que le hizo poner los pies en la tierra. También le ayudó a regular su respiración; mientras la hacía, sentía los vellos de sus manos erizados y un cosquilleo en su cuerpo que le decía: “llegó el momento tan esperado”.

En las primeras sesiones del taller, al ir escuchando a cada uno de los padres y madres que narraban su historia, en muchos momentos sentía un nudo en la garganta, como si se atorara lo que iban narrando, e incluso en muchas ocasiones, sus ojos se llenaron de lágrimas; su respiración llegaba hasta la mitad de su pecho al escuchar situaciones que ellos, como hijos e hijas, habían pasado ante sus padres. Por otra parte, se daba cuenta de que le costaba mucho trabajo interrumpirlos, sentía impotencia al pensar en el tiempo cuando el discurso de alguno se alargaba, porque tenía pendiente que los demás no participaran. Además, con toda la información que le proporcionaban, sentía que su cerebro colapsaba. Entonces, volvía a sí mismo y respiraba profundo.

En una de las sesiones, los padres hicieron una representación con la finalidad de interpretar una de las posiciones comunicacionales de las que hace mención Virginia Satir. Al verlos, el facilitador sintió dolor, tristeza y melancolía, ya que recordó situaciones que vivió a raíz del divorcio de sus padres: irse solo a la secundaria, tener miedo a expresar algo y que lo regañaran, desvelarse escuchando a su papá cuando se alcoholizaba, miedo a desobedecer a sus padres, incluso temer a Dios por las malas decisiones que pudiera tomar, no ser aceptado en la sociedad, miedo al rechazo, vivirse comparado con sus hermanos, escuchar de otras personas frases

ofensivas hacia su persona, etc. Confiesa que también se le salieron unas lágrimas, ya que era mucho lo que contuvo en su pecho al escuchar y revivir esos momentos.

Recuerda que, en una de las sesiones intermedias le hizo sentido recordar su adolescencia al escuchar la narrativa de uno de los asistentes mencionar cómo su papá tomaba mucho y él disfrutaba que lo hiciera, ya que era el momento en que le decía cuánto lo quería, lo abrazaba y lo besaba mucho. Al escuchar esa narrativa, revivía su propia historia, pues también anhelaba el cariño de su padre, vivía confusión e indecisión, quería explorar el mundo, saber quién era y a dónde iba. Tuvo escalofríos al verse reflejado como hijo.

En una de las últimas sesiones, al percibir vulnerable a una de las mamás ante su esposo, que también era participante del taller, le prestó más atención a ella sin atender a lo que podría sucederle a él. Al supervisarlo en su grupo, entendió su proceder, ya que vio reflejado a su papá en la postura del participante; veía su mirada dura, su voz firme, cortante y la postura acusadora que tomaba le dio miedo, lo cual le hizo descuidar al asistente. Sintió un gran alivio porque en esta situación el grupo atendió a la pareja: destacó el valor de la esposa y manifestó su admiración por el esposo. Lo que fueron aportando les ayudó a clarificar la situación que se había presentado.

Asimismo, conforme el taller fue avanzando, en varias de las sesiones terminaba con un dolor de espalda y de cabeza; en dos sesiones experimentó un cansancio impresionante. Considera que este malestar se debía a que escuchaba mucho de lo que vivía con sus padres.

Al finalizar la última sesión, tenía gripe y se sentía muy incómodo, pero al escuchar los logros de los participantes y lo que cada uno expresó, fue una “inyección de energía”. En cada intervención de los asistentes se decía: “valió la pena darlo todo en cada sesión”. Todo esto le ayudó a valorarse a sí mismo y agradecerse por haberse dado la oportunidad de estudiar la maestría.

Durante el taller, hubo momentos en los que quería rendirse, “tirar la toalla” e incluso dejar la maestría. No solo por el taller, sino porque derivado de otras actividades fuera de la maestría en las que le pedían ayuda, él la proporcionaba sin importar qué tan cansado estaba. Descubrió al finalizar el taller que no ponía límites porque tenía

la necesidad de sentirse necesitado, reconocido y valorado por los demás, por eso se le dificultaba decir “no”. Descubrió sus propios introyectos y esto le ayudó a verse a sí mismo, a su esposa, a sus hijos y a sus estudios. Quiere decidir con base en lo que es prioritario para él.

5.1.2.- ¿Qué pasó con los participantes y su proceso en el taller?

En este apartado se aborda el proceso de los participantes del taller. Se manifiesta el más profundo agradecimiento, sobre todo por lo difícil que fue destinar siete domingos, en horario de 9 a 11 am. Por ello, se refiere su experiencia con mucho respeto y se recupera lo vivido en este espacio.

Tabla No. 1 Presentación de las y los participantes.

Seudónimo	Edad	Estado Civil	Rol familiar	No. de Hijos e hijas.
Isela	35	Casada	Mamá	3
Javier	39	Casado	Papá	1
Miriam	38	Divorciada	Mamá	2
Chely	42	Viuda	Mamá	3
Catalina	39	Casada	Mamá	2
Víctor	40	Casado	Papá	4
Fátima	32	Casada	Mamá	2
Marys	36	Divorciada	Mamá	3
Yolanda	43	Casada	Mamá	2
Mirella	37	Unión libre	Mamá	3
Lety	38	Casada	Mamá	4

Marichuy	45	Divorciada	Mamá	4
Enrique	38	Unión libre	Papá	3
Lili	36	Unión libre	Mamá	3

Fuente: Elaboración propia.

Retomando el tema de este proyecto, se resalta el gran valor de que el padre, madre o tutor reconozcan qué les impide tener una relación empática y aceptante para el fortalecimiento del vínculo con su hijo o hija adolescente, pues con esto pueden darse cuenta de sus necesidades y atenderlas; reafirmando lo que dice Carl Rogers (2020) al mencionar las seis condiciones que producen el cambio, las cuales son:

1. “Que dos personas estén en contacto psicológico.
2. La primera, el paciente, se halla en un estado de incongruencia, siendo vulnerable o ansioso.
3. La segunda persona, a quien llamaremos terapeuta, es congruente o integrada en la relación.
4. El terapeuta experimenta un aprecio positivo incondicional por el paciente.
5. El terapeuta experimenta una comprensión empática del marco de referencia interno del paciente y se esfuerza por comunicarle tal experiencia.
6. La comunicación al paciente de la comprensión empática y el aprecio positivo incondicional del terapeuta se logra en un grado mínimo. “(p.61-65)

Retomando lo anterior, se menciona lo vivido por cada persona:

Isela: Espera respeto, que se trate de socializar y empatizar con todos y todas, fluidez y confianza, ya que ha tenido la experiencia de otros talleres y se tocan temas de las heridas de la niñez. Asimismo, espera risas, anécdotas y participación; del taller espera que aporte herramientas para ser mejores padres y empatizar con los hijos; recibir información fiel y certera, para ser tolerante con sus hijos ya que son adolescentes. Por el tiempo tan extenso no participó en esta primera sesión, pero sí se implicó con la narrativa de Víctor ante lo que expresaba, ya que sus ojos se llenaron de lágrimas. Ella se va con un buen sabor de boca, por lo que solo asistirá

a esta sesión, ya que por los tiempos que tiene los domingos no podrá venir.

Javier: Está casado y tiene un hijo de 10 años. Expresa que por negligencia médica perdió a otro hijo, por eso, “chiquea” mucho al que sobrevive. Su esposa tiene problemas por eso, ya que él lo sobreprotege y su esposa lo frena. Quiere pasar con su hijo el mayor tiempo posible para disfrutarlo. Lo que espera del grupo es que “lo que platique aquí, aquí se quede”, para compartir lo que le pasa con toda la confianza. Espera utilizar los conocimientos que adquiriera en el taller para darle un tiempo de calidad a su hijo. Se va muy motivado en la primera sesión y con esperanza de que su esposa se dé la oportunidad de asistir. En la segunda sesión, la esposa no asiste, lo que le causa tristeza.

Conforme fueron pasando las sesiones, Javier expresó y compartió que, en su adolescencia, sus padres vivieron juntos, pero ninguno de los dos mostró a sus hijos afecto verbal ni palabras motivacionales. Le inculcaron ser puntual en cada momento, ser honesto y decir la verdad pese a las consecuencias, pero nunca le creyeron; al contrario, expresa que le pegaban con “lo que fuera”. Eso le causaba muchísimo coraje, ya que era contradictorio lo que le decían con lo que hacían; cuando buscaban algún culpable, él terminaba diciendo que había sido él, ya que “de todos modos le iban a pegar”. También narra la frase que usaba en esos momentos su mamá: “¿Qué pasó?”; y su papá decía: “¡íralo! (sic), ¿qué hiciste?”. Al recordar estos momentos, expresaba con mucho coraje que le dolían sus manos, porque seguido de dichas frases venían los golpes. Por otra parte, menciona que, a pesar de que sus papás estaban juntos y en casa, a veces no se notaba porque se olvidaban de sus hijos.

En una de las sesiones expresó que se molestó con su esposa, debido a que él no quiere tener conflictos con su hijo respecto a ponerle límites en el uso del celular, pues quiere pasar tiempo de calidad con él: “Yo no quiero ser el malo de la película de mi hijo, yo prefiero estar con él y pasar tiempo con él”. El grupo lo acompañó a discernir esta situación, y como resultado, Javier se percató de que, en esta interacción entre él, su esposa y su hijo, le sucedía lo que Karpman (2020) denomina el triángulo dramático. Javier toma el rol del “salvador”, es decir, sobreprotege al hijo ante la esposa, ella juega el papel de “perseguidor” y el hijo el papel de la “víctima”. También se revisó la herramienta del “lenguaje responsable”, con la que Javier

comprendió que pasar tiempo con su hijo no es darle tiempo extra en el celular, sino relacionarse con él, entre otras formas: jugando, viendo una película juntos o realizando una actividad. Posterior a esto, comentó que pone en práctica la rueda de la conciencia: hace una introspección, valida su sentir, explora sus sensaciones físicas y se percata de sus interpretaciones; posterior a ello, ejecuta con asertividad su decisión y valida a su hijo ante lo que le pasa al hacerle saber que ya no le dará tiempo extra en el celular, sino que prefiere que vayan al parque a jugar, andar en bici, patines, etc.

Al finalizar el taller, él se quedó muy agradecido con el grupo al saber que, gracias a la confianza que le brindó, podía expresar lo que no había hablado con otras personas. Se agradece a sí mismo el tiempo y el esfuerzo para asistir. Uno de sus mayores hallazgos fue comprender que, ante el miedo que le dio la pérdida de su segundo hijo, sobreprotegía al que sobrevive; y ante el miedo que vivió con sus padres, repetía patrones con su único hijo y en la relación con su esposa.

Miriam: Espera del grupo respeto y la participación de cada uno, también intentará aprovechar las experiencias de todos. Del taller espera herramientas para comprender a sus hijos, tener la confianza para platicar de cualquier tema, reconocer sus sentimientos y sentir lo que puedan estar pasando los integrantes de su familia. Ella tiene dos hijos: uno de 9 años (con quien detecta que va a tener problemas en la adolescencia, ya que impone sus decisiones) y un niño de 12 años (él es noble, responsable en la escuela, pero le cuesta trabajo socializar). Se va del taller agradecida al escuchar a los demás, menciona que solo asistiría a esta sesión ya que todos los domingos se va a ver a su mamá que está enferma.

Chely: Es viuda. Tiene 3 hijos varones de 30, 26 y 15 años. El pequeño es con quien tiene roces de afecto y de comunicación. Espera del grupo que sean responsables, puntuales, respetuosos cuando hablen y discretos ante lo que se exprese en el grupo, debido a que se puede prestar para divulgarlo. Del taller espera tener comunicación con su hijo, sin llegar a ser ofensiva, se compromete a respetar a su hijo en la forma de pensar. Por su parte, expresa que debido al trabajo que tiene, pide retirarse a las once en punto. Ella es muy callada, observa al grupo y acompaña a cada uno permitiéndose ser vulnerable ante lo que cada uno va narrando.

Acompaña y a la vez expresa que le cuesta trabajo abrazar a las personas, pero al

hacerlo, lo toma de una forma natural. Ante la participación de Javier, menciona que efectivamente tenía problemas con su esposo por eso, ya que él quería dar todo a sus hijos, pero al momento en que ella reprendía, generaba un conflicto con todos. Menciona que como mamá pasa más tiempo con los hijos, y con base en su experiencia, dice: “no está mal que como padres quieran darle todo a sus hijos, sino más bien, deben hablarlo con nosotras antes de actuar, para que ambos estemos en sintonía y demos nuestros puntos de vista”. Esto le hizo sentido a Javier.

Conforme las sesiones pasaron, ella habló de su experiencia en su adolescencia, menciona que su papá se fue con otra mujer y esto ocasionó que su mamá fuera muy distante con ellos, por lo cual expresa: “¡cuánta necesidad tenía de un abrazo de mi mamá y que me dijera cuánto me ama!” y de su papá: “¡Te extrañé tanto! ¿Por qué te fuiste? ¡Me hiciste mucha falta, papá!”. Ella rompe en llanto al ir describiendo lo vivido y expresa que necesitaba un abrazo. El grupo la acoge con un caluroso abrazo y la consuela con palabras de aliento. Una vez que hace contacto con ella misma agradece al grupo su gesto, ya que esto jamás lo había expresado. Al permitirse hablarlo se siente ligera, relajada y feliz.

Menciona que, a pesar de que su comunicación no es favorable con su hijo, no deja de decirle que lo ama, que va a estar ahí con él cuando la necesite, le pide que le haga saber que está bien para estar tranquila. Ante el fallecimiento de su esposo, reconoce que no es fácil platicar con las personas, pues en ocasiones compartía su sentir con otras personas y ellas lo divulgaban. Por ello, agradece la seguridad y confianza ya que le permitió hablar de su experiencia.

Al finalizar el taller, expresa que ha puesto en práctica lo aprendido y le ha dado resultado con sus alumnos de catequesis. Ahora los comprende, los entiende, les pone límites y ha generado ese grupo de confianza. Ella, al igual que el grupo, se va muy contenta de haber asistido al taller y reconoce que aún hay personas en quienes puede confiar. Asimismo, reafirma que seguirá diciéndole a su hijo que estará ahí para cuando lo necesite, jamás dejará de abrazarlo y besarlo. Agradece al grupo por darle seguridad, confianza y por los temas desarrollados. Se va triste porque en el grupo se sentía feliz, con tiempo para ella y, además, aprendía de cada uno de ellos y ellas. Les agradece a Javier y Víctor, ya que como papás es bueno que se formen y no dejen la responsabilidad a sus esposas.

Catalina: Espera que en el grupo se aborden temas sobre los hijos e hijas, saber qué les pasa, sienten, etc. De sus compañeros espera que sus experiencias le ayuden a comprender a sus hijos. Del taller espera asistir a todas las sesiones porque conocerá herramientas que le ayudarán para relacionarse con su hijo, en especial con el de 10 años. Ella tiene dos hijos: uno de 27 años y el otro de 10 años, con quien narra que tiene algunos problemas de comunicación y a la vez es noble. Se va del taller conmovida por la narrativa de sus compañeros, agradecida y en espera de volver en una segunda sesión. Desafortunadamente solo asistió a una sesión debido a que no tenía con quién dejar a sus hijos.

Víctor: Es casado, tiene 4 hijos; dos ya están casados, una de 12 años y la pequeña de 9 años. Narra que con sus dos últimas hijas le cuesta trabajo relacionarse, ya que la pequeña de nueve años sigue el ejemplo de su hermana de 12 años. De cierta forma, su relación no es favorable, no le hacen caso, son rebeldes y eso le molesta, le irrita que sean contestonas, rezongonas, que pasen mucho tiempo en el celular y que no le hagan caso a su mamá. Espera del grupo escuchar experiencias sobre adolescentes. Del taller espera ser tolerante, tener paciencia y procurar no ser enojón.

Es de los primeros en hablar y participar al narrar su experiencia. Se da cuenta del dolor que vivió con sus padres, la alegría de convivir con sus hermanos, lo sorprendente que es compartir los alimentos y la felicidad de estar con la familia sin preocupaciones. Se da cuenta de lo vivido en su familia de origen, con llanto, se quiebra al expresar: “¿por qué no puedo hacer eso en mi familia?, ¿por qué mi hija es así conmigo?”. Al hacer contacto consigo mismo e ir regularizando su respiración, se tranquiliza.

Conforme avanzaban las sesiones, su participación duraba de veinte a veinticinco minutos con llanto, de tal forma que varios participantes del grupo se conmovían con sus palabras. Comparte el dolor que tenía ante su padre, al hablarle con palabras altisonantes o palmaditas fuertes en la espalda acompañadas de una grosería, el no expresarle su amor de manera verbal o física, lo llevó a vivirse con carencia de afecto. Esperaba que le hablara con dulzura o amor y motivarlo ante la vida; pero eso solo se lo demostraba bajo los efectos del alcohol. Reconoce el amor de su mamá ya que ella se ocupaba de tener la ropa y la casa limpias, así como la comida.

Comparte lo importante que era jugar con sus hermanos básquetbol, y que aún lo sigue practicando con sus hermanos y amigos.

En las sesiones posteriores, sus participaciones fueron cortas y concretas. Se da cuenta de que al compartir lo vivido en su infancia y adolescencia se siente tranquilo. Su hija de 12 años le ha hecho comentarios a su mamá como: “¿qué tiene mi papá que no se ha enojado conmigo?”. Al decirlo, expresa una sonrisa y reconoce que cuando toma ciertas posturas o utiliza ciertas frases de su padre o madre, e incluso de sus hermanos, identifica patrones que no favorecen la relación. Al reconocer que trabajó desde los nueve o diez años, no vivió su adolescencia como hubiera querido y comenta: “soy muy complaciente con mis hijas, no quiero que sufran como yo sufrí, me lastima que le griten a su mamá (su esposa)”. Al darse cuenta de estas situaciones, no deja de amar a su papá y a su mamá, les agradece lo que le enseñaron, les reconoce su esfuerzo, los admira y los respeta. Asimismo, se reconcilia con ellos ante algunas situaciones que no fueron favorables para él. Al finalizar cada sesión, se va contento y feliz, “renovado como una persona nueva”.

En las últimas sesiones también se da cuenta de que, ante su hija de 12 años, no cumple con los acuerdos. Esto le provoca enojo porque reconoce: “Yo soy quien rompe las reglas” y más cuando sabe que debe aplicar un castigo. No es firme. Lo primero que se le viene a la mente es la figura de su papá. Se ha dado la oportunidad de expresar a su hija lo que siente desde un lenguaje responsable y cumplir con los acuerdos. Por otra parte, en una sesión, ante una revelación que su esposa hizo en el grupo de escucha, se sintió fuera de lugar, eso le provocó molestia e irritación; su postura y sus gestos reforzaban lo que sentía. El grupo agradece a su esposa que tuvo la confianza de hablar y exponer la situación de su hija. Javier, por su parte, le menciona: “sé que esto puede incomodarte y es algo que no esperabas, sé lo molesto que estás, ahora toca poner en práctica lo que hemos aprendido”. Al finalizar la sesión, todos les dieron un fuerte abrazo.

Al finalizar el taller, llegó muy contento y triste a la vez. Explica: “Me voy muy contento conmigo mismo porque en un principio yo no quería venir al taller, pero hubo algo que me animó a venir, y lo que he aprendido me ayudó a ser paciente conmigo mismo, ser tolerante, comprenderme y escucharme para después, desde lo que yo siento y me pasa, comunicárselo a mi hija y cumplir los acuerdos”. Se va triste al

saber que el taller terminó.

Fátima: Ella mencionó al inicio del taller que esperaba del grupo respeto entre los participantes, ya que no hay respuestas equivocadas. Espera puntualidad, y aprender cosas que le puedan ayudar a ella y a su familia. Ella tiene una niña de 10 años y una de 8 años. Menciona que se va agradecida, pero su participación será por única ocasión, ya que no hay quien cuide a sus hijos.

Marys: Es madre soltera y pensionada, tiene tres hijos: dos de ellos hombres de 17 y 14 años, y una niña de 9 años. Espera respeto y que sean empáticos con los demás. Del taller espera comprender las etapas de sus hijos, ya que están en la adolescencia y no sabe cómo reaccionar ante los cambios que tienen. En ocasiones se enoja consigo misma al no saber cómo acercarse a ellos, en especial con su hijo de 14 años, quien no es obediente, se encierra en su cuarto, se pone a ver el celular y a veces no come. Expresa que se considera una mamá cercana con ellos, los apapacha mucho, y cree que eso los pueda estar asfixiando. Espera que se tenga la confianza para poder sanar todo aquello que no hay donde expresar lo que les pasa.

Conforme avanzaron las sesiones, se pudo observar que es una de las personas a las que les gusta escuchar a sus compañeras y compañeros, observando lo que pasa. Sus conversaciones se volvieron directas y cortas, por lo que un día se anima a compartir su historia ante la pérdida de su padre cuando ella tenía nueve años. Expresa que su mamá tuvo depresión y se refugió en el alcohol. Le dolió ver a su mamá en esas condiciones y por ello se mudaron a la casa de los abuelos maternos. Con lágrimas en sus ojos describe que se hizo cargo de sus hermanos, llevarlos a la escuela, hacer la tarea con ellos y, si quería salir a jugar, tenía que salir con ellos, lo cual le causaba miedo, ya que uno de sus hermanos sufría de ataques epilépticos, por lo que decidía no salir. Por otra parte, expresa que al vivir con sus abuelos se encargaba de los quehaceres de la casa, “era como la sirvienta de mis propios abuelos y la mamá de mis hermanos”. Esto la devastaba, menciona que prefería callar muchas veces porque sus abuelos le daban las quejas de todo, y al ser la hermana mayor, no le preguntaban qué había pasado, sino que le pegaban directamente con el fajo o lo que tuviera su mamá en la mano.

En una ocasión su mamá vio cómo su abuelo le pegó y su mamá le puso un alto. Dejó de beber alcohol, laboraba dos turnos, compró una casa de interés social y

cuando llegaron a su nuevo hogar, le dijo su mamá: “esta será nuestra casa y aquí vamos a ser muy felices”. Al recordar estas palabras, dejó salir un llanto que conmovió a todo el grupo. Reconoce y le agradece con el corazón a su mamá lo que hizo por ella, no le guarda rencor, ni coraje, pero sí menciona que le hizo falta amor, apapachos, reconocimiento por lo que hacía con sus hermanos y las labores de la casa. Anhelaba un espacio donde pudiera ser libre. Por otro lado, reconoce la falta que le hizo su papá para abrazarla y decirle que la ama. Fue un momento de encuentro con ella misma. Comparte el motivo por el que decidió separarse y vivir sola con sus hijos.

En otra de las sesiones, identifica que tiene miedo de que le pase algo a su hijo, en especial al de 14 años, ya que el papá del chico tenía reacciones como subirse a la azotea para quitarse la vida, y la misma acción hizo su hijo. En otras ocasiones ha atentado contra su vida, de manera que lo confrontó y le dijo: “si lo quieres hacer, hazlo, pero hazlo en tu cuarto y me dices cuando ya lo hayas hecho para hablarle a la Cruz Roja”. Por dentro sentía que se moría, en su silencio le pedía ayuda a Dios para que no lo hiciera, sus piernas le temblaban, sentía un escalofrío en todo su cuerpo y sudaba en frío, hasta que después de un rato entró a su cuarto. Al verlo llorar, lo abrazó y lloró con él. Reconoce que no sabe cómo expresarse con su hijo ante el miedo que tiene de que lo vuelva a hacer. Sabe que en la secundaria tiene acompañamiento psicológico, pero vive con miedo y para no hacerlo enojar, prefiere acceder a sus caprichos y deseos. Al utilizar un lenguaje responsable e irse validando ella misma por medio del círculo de la conciencia, intenta dirigirse a él ante lo aquello que le pasa y logra vencer el miedo. El hijo accede ante la petición de ella, y se dio la oportunidad de hacerlo con sus otros hijos.

Al finalizar el taller, expresa que se va feliz y triste a la vez. Feliz porque logró hablar de cosas que jamás había hablado y le agradece al grupo la confianza y la oportunidad de expresarse sin sentirse señalada o juzgada. La tristeza es porque el taller terminó.

Yolanda: Espera opiniones diferentes para mejorar la relación con sus hijos. Del taller espera conocer las necesidades para respetarlas. Tiene dos hijos: una de 18 años (ella es una excelente niña) y otro de 12 años (menciona que él pasa tiempo en el celular, no expresa nada, es muy tranquilo, pero no permite que se acerquen y quiere

saber cómo puede hacerlo). Ella se va agradecida por la confianza del grupo, pero por problemas de tiempo solo asistió a esta única ocasión.

Mirella: Asistió a todas las sesiones. Es mamá de 3 hijos: uno de 24, otro de 21 y una adolescente de 13 años. Expresa que con la hija de 13 años tiene problemas, al no saber comunicarse con ella sin llegar a ser ofensiva, pero tampoco quiere ser su amiga, “ni muy dura ni muy blandita”. Al recordar cuando ella tenía su edad, refiere que era obediente, responsable, trabajadora, era una estudiante reconocida y un ejemplo para la familia. Con sus otros dos hijos tiene una buena comunicación, mientras que con su hija le cuesta trabajo establecer una conversación. A partir de la pandemia, menciona que su hija no socializa y pasa tiempo en el celular, lo cual le provoca molestia.

Es de las primeras en participar y lo hace de una manera natural, transparente y noble. Relata la responsabilidad al ser la primera hija y nieta, la exigencia de no permitirse tener bajas calificaciones o no ser dócil ante sus padres, al ponerla como ejemplo ante los primos y ante la sociedad. Independientemente de que sea mujer, le exigían ayudar en las diferentes actividades del campo. Rompe en llanto y expresa: “era para mí como cargar una loza grande en mi espalda”. Al invitarla a hacer contacto con ella misma mediante una técnica de respiración y al regularizar su cuerpo, se queda tranquila, puesto que es algo que jamás había expresado.

En otra de las sesiones, menciona que le agradece a su abuelita materna, ya que sentía ese cariño de mamá. Al tener un problema, ya sea con su esposo, con sus hijos o situaciones económicas, corría con ella. Desde que falleció su abuela, no había encontrado un lugar y una persona para expresar todo lo que sentía. Se da cuenta de que tiene necesidad de hablar, expresa con lágrimas que le hace falta su abuelita.

Conforme el taller avanza, comenta que, en una ocasión, la psicóloga le mandó llamar de la secundaria, porque había detectado que su hija se estaba cortando con el filo de un sacapuntas en su casa. Al escuchar esto, decide llevarla con un especialista. Recuerda la dolorosa escena porque intentó acercarse a su hija, pero fue contraproducente, ya que, al decir tantas palabras, ella misma se perdía en su narrativa. La hija terminó molesta y ella se enojó porque no logró comunicarse con ella. Ahí se hace consciente de que le hacía falta alguien con quien platicar, sentirse

escuchada. El grupo la acogió con un abrazo. Al invitarla a expresar una vez más qué le diría a su hija desde lo que le pasaba, logró expresarlo en cinco palabras con precisión y claridad. El grupo le reconoció su esfuerzo y la felicitaron con un fuerte aplauso. Al cerrar el taller, agradece haberse dado ese tiempo y agradece al grupo por sentirse escuchada y aceptada. Se agradece a sí misma por tener las herramientas para comunicarse con claridad con su hija, con su esposo y con sus hijos.

Lety: Es esposa de Víctor. Menciona que su hija le saca canas verdes, rojas y de todos los colores e incluso han tenido discusiones. Espera del grupo respeto, escuchar mientras otra persona habla, puntualidad, armonía, empatía, cordialidad y discreción de lo que se hable. Del taller espera tener las herramientas para una comunicación con su hija y con Víctor, así como hacer que se cumplan las reglas de la casa y los acuerdos, acercarse a sus hijos y saber qué hacer para que sean felices. Se va afectada por lo ocurrido en las dos primeras sesiones, pero tranquila al reconocer que le hace bien hablar de lo sucedido en su infancia y adolescencia.

Conforme avanzan las sesiones, se da la oportunidad de hablar y menciona: “yo lo único que me acuerdo es que prefería dormir, hacer tareas, mis quehaceres y no saber nada de mis padres”. Expresa con una voz muy tenue y bajita. Al acompañarla, expresaba que: “lo único que recuerdo es que mi mamá me obligaba a darle a mi papá la cena o incluso acercarle un vaso con agua”, menciona que esto le molestaba mucho. En ese momento, habló con voz fuerte y firme, empieza a validar esas pequeñas cosas que no se había dado cuenta que pasaron con sus padres. Al ir narrando lo que le iba pasando, su voz se hacía cada vez más fuerte, clara y precisa, tanto que su esposo le valida haciéndole un piropo: “Qué bonita voz tiene mi vieja”.

Reconoce que ha visto cambios en ella respecto a la comunicación con sus hijos. Expresa que le ha costado trabajo hacerlo, pero al momento en que pone en práctica el círculo de la conciencia y el lenguaje responsable, ha evitado que le salgan canas de diferentes colores, solo las naturales blancas.

En una de las últimas sesiones, expresa ante el grupo que tiene miedo de que su hija sea lesbiana, ya que ha encontrado información en sus estados de redes sociales. Teme que la sociedad la juzgue o que Dios la vaya a castigar, y tiene miedo de cómo reaccionará Víctor. El grupo le reconoce su valentía al hacerlo.

Al finalizar el taller, se agradece la oportunidad de haber perseverado hasta el final, ya que reconoce que le costaba trabajo levantarse temprano y se abraza fuerte. Agradece al grupo validarla y acompañarla en cada sesión. Sabe que es el inicio de un cambio. Poco a poco seguirá poniendo en práctica las herramientas aprendidas en el taller.

Marichuy: Es Licenciada en Trabajo Social y tanatóloga. Espera del grupo mucha empatía, compañerismo, participación, escucha y aprender de cada uno. Del taller espera tener herramientas para utilizarlas con los adolescentes y los padres que van a consulta para seguir adquiriendo conocimientos. Tiene cuatro hijos: tres de ellos casados y una soltera de 21 años. Es divorciada.

Al ser una profesional que brinda acompañamiento a las personas, solo habla cuando es conveniente, toma nota y apunta las herramientas que se dan en cada sesión. A pesar de que sus hijos ya son mayores de edad, no se había permitido hablar de su relación con sus padres. Al pedir la palabra y hablar de su niñez y adolescencia, reconoce que le tenía coraje a su padre. En un principio, era su ídolo, hasta que descubrió que tenía otra mujer e hijos casi de la misma edad que sus hermanos. Al reconocerlo, rompió en llanto; con coraje le reclama haber dejado a su mamá si ella era muy buena con él, nunca le faltó, siempre estuvo ahí, trabajó para él y para ellos. Expresó lo que sentía hacia su padre.

A su mamá le agradece su esfuerzo, su cansancio y su amor incondicional para con ella, su hermano y su hermana. Menciona que su mamá fue dura, al decir: “mire hija, cuando venga la visita, me viene a ver a mí, no a usted, por lo que la próxima vez que venga, se va al patio a jugar o se va a su cuarto, ¿me entendió?”. Y esto se lo dijo jalándole las patillas. Desde ahí, le tuvo miedo a su mamá, al grado de que si la acompañaba a limpiar casas y le decía: “¡Ahí te quedas!”, ahí se quedaba. Esto no ayudó en su matrimonio, ya que, si su exesposo le decía: “¡No te pongas pantalón!”, no se lo ponía. Reconoce que le costó trabajo darse cuenta de lo que pasaba en su relación. En algún momento decidió dejar la relación, le costó hacer cambios en su vida porque al no poner límites en su relación, su único hijo no ha tenido una relación conyugal, familiar ni laboral favorable. Esto le duele y le lastima.

Asimismo, menciona que seguirá creciendo como persona, como mamá y buscará una relación que le favorezca en el crecimiento personal y familiar. Al finalizar el

taller, agradece a su mamá fallecida por permitirle ser un punto de referencia para seguir luchando en la vida. Se agradece por llegar al final y haber adquirido nuevos conocimientos. Agradece al grupo la oportunidad de estar ahí con ella, sentirse escuchada y la confianza de hablar de lo que cada uno ha vivido; a la vez, se va triste al saber que este taller termina.

Enrique: Él es pareja de Lili, se incorporó en la cuarta sesión del taller. El grupo lo recibió de manera empática y le permitió participar en esta sesión. Comparte su experiencia dolorosa y de sufrimiento. Expresa que su padre era judicial, en aquel tiempo era signo de admiración y respeto, pero en la realidad duraba días sin verlo. Había dos situaciones que no le favorecieron: 1) la parte económica, ya que, al no asistir seguido en casa, no proveía dinero al hogar, vivió una alimentación limitada; y 2) su padre estaba ausente en ocasiones especiales. Cuando lo veía, era su superhéroe, lo recibía con muchos abrazos y en ocasiones le daba un masaje en sus pies. Reconoce que al ser respetado por los demás, influía sobre ellos en la sociedad “el qué dirán”. Esto lo llevó a vivir una experiencia triste y dolorosa, ya que le gustaba mucho jugar fútbol y les había compartido a sus padres que había pasado a la final, por lo que les pedía unos tenis nuevos de fútbol. Ellos le dijeron que sí, pero el día llegó y los tenis no llegaron.

Su tío le hizo reparar sus tenis y les puso clavos, pero dejó las puntas por dentro del tenis y eso ocasionó que sangraran sus plantas de los pies. El equipo confiaba en él, le pasaban el balón, pero al recibirlo con la fuerza y velocidad, llegaron a lastimarlo. Al terminar el partido, su equipo se dio cuenta de lo sucedido. Él expresaba que estaba enojado con sus padres, incluso, expresó palabras altisonantes. Al ver que llegaba su papá, así con el dolor, fue corriendo hacia él y lo abrazó llorando, por una parte, sentía coraje, por otra parte, se alegraba de verlo. Ante este hecho, el papá de un amigo se acercó para ofrecerle unos tenis, pero su papá se negó a aceptarlos, también su abuelo se acercó para ayudarlo a comprar unos tenis y también se negó a aceptar su ayuda. Esto lo dice con llanto en sus ojos.

Al finalizar la sesión, se va agradecido, tranquilo y relajado y ligero, ya que jamás había platicado esta situación. En el grupo se permitió contar su historia, les agradece su tiempo y el espacio, pero por problemas de trabajo, solo podrá asistir a esta sesión.

Lili: Ella se incorporó en la segunda sesión, tiene 3 hijos: uno de 5, 7 y 12 años. Del taller espera aprender herramientas que favorezcan la relación con sus hijas y con su actual pareja, ya que detecta que falta de unión familiar. Es observadora y realiza apuntes. Expresa con su cuerpo que se interesa en lo que sus compañeros y compañeras van expresando.

En una oportunidad, comenta que sus padres les dieron todo lo mejor: bienestar económico, palabras motivacionales ante la vida, afecto y cariño. Pero le pasa algo con su hija de 12 años, no sabe por qué dejó de abrazarla y decirle palabras de afecto. No sabe el motivo del porqué pone ese límite. Un día, al escuchar a los demás, se permitió hacerle una carta a su hija con lo que le pasaba desde un lenguaje responsable, lo que piensa, lo que siente y sus necesidades. No se esperaba la respuesta, le dio un abrazo y le pidió que nunca la dejara de abrazar.

Al finalizar la sesión, expresa que probablemente no asistiría debido a que se va con toda la familia a la peregrinación de Talpa. Sin embargo, llega al grupo y todos se muestran felices al verla, la reciben con una gran sonrisa y un fuerte abrazo. Se va agradecida del taller porque ha puesto en práctica lo aprendido, no solo con su hija e hijos, sino también con su actual pareja. Ha utilizado el triángulo ganador, por ello también agradece a sus hijos e hija por haberle permitido asistir al taller, ya que en ocasiones expresaba que dejaba solos a sus hijos en casa. También reconoce que este taller era lo que estaba buscando. Se va triste porque el taller terminaba y espera que pronto se vuelvan a reunir.

5.1. 3.- ¿Cómo es la población?

La población que asistió a este taller se formó en un ochenta por ciento por madres y un veinte por ciento por padres. Dentro del grupo participó un matrimonio, madres solteras (viudas o divorciadas), y padres y madres que viven con su pareja. Padres y madres honran la memoria de sus propios padres, reconociendo el sacrificio que hicieron por ellos, trabajando y pasando largo tiempo fuera de casa. Les enseñaron a respetar a través del maltrato físico y verbal.

Los participantes expresaron que la relación que tenían con sus padres no era de afecto y validación, sino más bien, fueron de agresiones físicas y verbales, algunas veces injustas. A varios se les pedía hacerse cargo de sus hermanos más chicos.

Todos hubieran querido que sus padres y madres les mostraran afecto con amor, caricias, palabras o frases positivas.

La mayoría se enfrentaron a las decisiones injustas de sus padres; esto les producía impotencia, miedo o temor. Reconocen que gracias a estas carencias aprendieron a salir adelante por ellos mismos, buscando ese impulso que les ayude a sobrevivir en su misma familia y en la sociedad.

En algunas sesiones, los participantes identificaron los introyectos que les impiden relacionarse con sus hijos e hijas, al repetir patrones de sus padres, madres, familiares, docentes y de la misma sociedad. Frases que limitan e imponen autoridad, que provocan miedo como: “porque lo digo yo”, “aquí se hace lo que digo yo”, “yo te dije que iba a pasar eso”, “tranquilo, no pasa nada, no llores”, “¿por qué lloras? ¿quién se murió o qué?”.

Descubren que, al dejarse llevar por sus introyectos, se bloquea su manera de pensar y de sentir, de conectar entre lo que piensan y hacen, lo que les impide acercarse con amor a sus hijos e hijas. Les es difícil promover una familia nutricia cuando no la tuvieron en su familia nuclear. Los participantes se dieron cuenta de que repiten algunos de los introyectos de sus padres. Usan las mismas frases hacia sus hijos e hijas, no suelen expresar su afecto, no tienen paciencia y dicen groserías.

Los padres y las madres viven con el temor constante de que sus hijos adolescentes se relacionen con personas que consideran “mala influencia”, es decir, que pudieran animarlos a dañarse, consumir drogas, lastimarse o cometer algo en contra de otros. Otro de sus temores es que se relacionen con personas homosexuales por miedo al rechazo familiar, social e incluso de Dios. Algunos padres y madres mencionan que cuando sienten miedo pueden perderse en su narrativa y no comunicar lo que sienten a sus hijos e hijas, esposo o esposa, ya que el temor no les ayuda a expresarse con claridad.

Al finalizar el taller, los padres y madres logran contactar con su sentir, ponerle nombre a su emoción, percibir sus sensaciones, reconocer aquello que les sucede ante distintas situaciones. Lograron comunicar con claridad lo que sienten y validar lo que piensan.

5.1.4.- ¿Qué descubrimientos surgen a raíz de los temas y qué aportan al Desarrollo Humano?

Con la finalidad de que los padres, las madres y tutores reconozcan qué introyectos limitan una relación empática con sus hijos e hijas, desde un Enfoque Centrado en la Persona, se brindó un acompañamiento en cada sesión por medio de un grupo de escucha. La crianza de adolescentes en ocasiones implica estar pendiente de una infinidad de dudas y misterios ante las diversas interacciones, incluso con el resto de sus hermanos, ya sea el mayor o el menor, hombre o mujer.

En el taller sobresalió el miedo que sienten los padres al no saber cómo comunicarse con sus hijas e hijos. Como menciona el autor: “lo que no consigo hacer consciente en mis propios sentimientos, sobreviene en fracaso” (Rogers, 1964, p.60). Una madre o un padre, ante una situación de invalidez tendrá dificultad para transmitirlo con claridad, lo cual, genera confusión al no saber qué expresar. Algunos padres, al reconocer ese miedo se dieron cuenta de que no les habían enseñado cómo hacerlo, pero a partir del taller, saben cómo comunicarse de manera responsable.

Los introyectos se aprenden de forma inconsciente (miradas, posturas, gestos) y también son parte de la sociedad, mediante la respuesta a algunos cuestionamientos y expresiones como ¿qué va a decir la gente de esto?, ¿por qué tengo que llorar?, ¿te estoy diciendo que hace frío?, ¡cállate, yo sé más que tú!, ¡a mí me hablas con respeto!, ¡te pego porque te amo!). Se pone una barrera desde un marco de referencia diferente a lo que el hijo o hija vive.

Reconocieron que repetían los mismos patrones que veían de otras generaciones, pero no sabían cómo los aprendieron, con el taller se dieron cuenta de algunos introyectos y de la importancia de los grupos nutricios. Virginia Satir (2002) menciona que, al forjarse bajo un criterio de un grupo nutricional el padre o la madre “esclarecerán muchas cosas con esta conducta, y el resultado será una nueva formación de vínculos” (p. 258), quiere decir que la mayoría de las madres y los padres no les fueron reconocidas o aclaradas esas actitudes o posturas que les fueron impuestas por sus mismos padres o abuelos. De manera que, al reconocer y validar sus propias emociones, sentimientos y experiencias, pueden expresar lo que les pasa ante ciertas situaciones que vive su hijo o hija.

En la mayoría de las sesiones, cada historia de vida tiene heridas marcadas en la adolescencia que son visibles mediante las carencias económicas, falta de afectividad de parte del padre y un poco de la madre. También, tienen miedo de confrontar a la figura paterna o materna. Esto limita la relación y el vínculo entre el padre, madre o tutor hacia el hijo, es decir, que limitan una experiencia profunda en su relación.

5.1.5.- Reflexión de las sesiones con mi grupo de supervisión

Agradezco el acompañamiento de las y los compañeros en la asignatura de supervisión. Me compartieron su experiencia y me brindaron retroalimentación, enriquecieron mi persona al escucharme y ser escuchado. Mis compañeras y mi maestra me ayudaron a reconocer qué introyectos no favorecían la escucha ante mis facilitados. Coincido con Carretero (2004) al señalar que, “las enseñanzas aportadas por la experiencia grupal tienden a extenderse a otras relaciones fuera del grupo, por ejemplo, dentro de su familia o en el ambiente de trabajo” (p. 4).

Descubrí que me resulta difícil pedir prórroga para la entrega de mis tareas, así como pedir ayuda al hacer una grabación. Me costaba trabajo hacerlo, al expresarlo me sentí tranquilo y no tan presionado. Otra de las cosas que descubrí y me hizo mucho sentido fue interrumpir a una persona que compartía su experiencia porque me parecía una falta de respeto. Al interrumpir a la persona con calidez y respeto ganaba una verdadera escucha, así como validar la información que el facilitado iba diciendo y seguirlo en su narrativa. Eso me ayudó a verlo desde una perspectiva diferente de escucha.

Me doy cuenta de que al expresarme a favor del grupo y estar abierto a la experiencia me doy la oportunidad de vivirla con ellas y validar lo que me pasa por medio de mi historia, mis necesidades, reconocer que no soy perfecto, abrazar mis carencias en el grupo y sanar mi propia historia. Reconozco mis habilidades en mis compañeras, genero nuevas herramientas o dejo de hacer actividades que ponen en juego mi facilitación o a los facilitados. En una de las clases, al hacer una aportación que veo en grupo, me di cuenta que estaba desanimado y cuando le digo a una compañera que abrace su soledad, me miré a mí mismo y abracé mi cansancio, reconocí que ya no podía con mi trabajo, con mi familia, con la escuela, con el taller, con los jóvenes

y con la escuela para padres.

Por último, al escuchar a mis compañeras me di cuenta de la importancia de validar lo que decía mi corazón y que mi mente justificaba. Esto me llevaba a no poner límites en mis actividades y, sobre todo, en el ámbito laboral. Me doy cuenta de que probablemente me estoy forzando de más al quedar bien con mi jefa y ganar un salario mejor, pero ponía en duda mis cualidades, desconfiaba de mí y de mis capacidades.

5.1.6 Conclusión

Al realizar este taller desde el Desarrollo Humano viví alegría, miedo, tristeza, melancolía, dolor y afecto. Esto me permitió reconocer mi implicación como adolescente en aquella época y también ahora como padre con hijos adolescentes, pude mirarme y empatizar con otros padres y madres. Me permití acompañar a cada uno de los padres y ser empático en sus diversas narrativas.

Sé y reconozco que como sociedad hace falta trabajar en el fortalecimiento de la seguridad, confianza y empatía hacia nuestros vecinos, en la colonia y en la vida social. Cada día la vida económica influye en las relaciones sociales. Como padres de familia hay necesidades básicas que hay que cubrir, pero también hay que ser ese reflejo de amor, a uno mismo y a nuestro entorno familiar y social. Maslow (1972) menciona: “cuanto más aprendamos acerca de las tendencias naturales del hombre, más sencillo le resultará decirle cómo ser bueno, feliz, provechoso, cómo respetarse a sí mismo, cómo amar, cómo realizar sus más elevadas potencialidades” (p.34).

Reconocer las fortalezas, habilidades y destrezas que puedo desempeñar como facilitador y ponerlas en práctica en la relación con mis hijos, mi esposa, mi trabajo y en la vida social. Asimismo, identifico mis áreas de oportunidad y decido atenderlas para fortalecer los vínculos familiares que a su vez restauran el tejido social.

Agradezco infinitamente a cada una de las personas que se dieron la oportunidad de terminar el taller. Mi reconocimiento para ellos, toda mi admiración y respeto por compartir su experiencia. Por otra parte, agradezco a mi grupo por ayudarme a validarme en mis destrezas y ver lo que yo no podía ver, a profundizar en mis intervenciones y desarrollar habilidades en algunas técnicas, como la entrevista, pues me ayudarán a escuchar a cada persona y acompañarlas en el proceso

individual.

Por último, confío en que cada uno de los padres y madres que asistieron al taller tuvo ese encuentro Centrado en la Persona. El uno a uno permitió que hablaran de sus experiencias, reconocieran algunos introyectos y hacer cambios para fortalecer el vínculo con sus hijos e hijas, su pareja y en la vida social.

5.2 Lo que le paso a la población durante el taller.

Una vez descrito lo anterior, quiero expresar que los padres y madres honran la memoria de sus propios padres, esto al reconocer el sacrificio que hicieron por ellos, trabajar y pasar largo tiempo fuera de casa. Por otra parte, les enseñaron a respetar valores a través del maltrato físico y verbal. Otras eran las económicas, mismas que eran compuesta por los mismos familiares, amigos, conocidos, maestros o las personas que los rodean, haciendo daño emocional.

Los participantes expresaron que la relación que tenían con sus padres, no eran de afecto y validación, sino más bien, fueron golpeados y golpeadas, algunas veces injustamente. A varios se les pedía hacerse cargo de sus hermanos más chicos. Todos hubieran querido que sus padres y madres les mostraran su afecto con amor, caricias, palabras o frases positivas.

La mayoría se enfrentaron a las injusticias de las decisiones de sus padres; esto les producía impotencia, miedo o temor. Reconocen que gracias a estas carencias aprendieron a salir adelante por ellos mismos, buscando ese impulso que les ayudara a sobrevivir sobre su misma familia y en la sociedad.

En algunas sesiones los participantes, identificaron los introyectos que les impiden relacionarse con sus hijos e hijas, al repetir patrones de sus padres, madres, familiares, docentes y de la misma sociedad. Frases que limitan e imponen autoridad, que provocan miedo cómo lo son: “por qué lo digo yo”, “aquí se hace lo que digo yo”, “yo te dije que iba a pasar eso”, “tranquilo no pasa nada no llores”, “¿por qué lloras? ¿quién se murió o qué?

De esta misma forma, descubren que, al dejarse llevar por sus introyectos, se bloquea su manera de pensar y de sentir, de conectar entre lo que piensan y hacen lo que les impide acercarse con amor a sus hijos e hijas. Les es difícil promover una familia nutricia cuando no la tuvieron en su familia nuclear.

Al irse dando cuenta los participantes del taller que veían de sus mismos padres, madres o tutores y, que ahora ellos al verse como padres, madres o tutores; siguen repitiendo esos patrones e introyectos, repetirles las mismas frases a sus hijos e hijas, el no ser expresivos de afectivo con sus hijos e hijas, no tenerles paciencia, el decir groserías, ser alcahuetes, se volvía ser muy extremistas en lo anterior.

Los padres y las madres se viven con el temor constante de que sus hijos adolescentes se relacionen con personas que consideran “mala influencia”, es decir, que pudieran animarlos dañarse, consumir drogas, lastimarse o cometer algo en contra de otros. Otro de sus temores es que se puedan relacionar con personas homosexuales, por miedo al rechazo familiar, social e incluso del mismo Dios.

Algunos de los padres y madres, mencionan que cuando sienten miedo pueden perderse en su narrativa y no comunicar lo que sienten a sus hijos e hijas, esposa o esposa, ya que el mismo temor no les ayuda a expresarse con claridad, a veces por evitar tocar el tema directamente.

A finalizar el taller, los padres y madres logran contactar con su sentir, ponerle nombre a su emoción, percibir sus sensaciones, reconocer lo que les sucede ante las distintas situaciones. Lograron comunicar con claridad lo que sienten y validar lo que piensan.

Con la finalidad de que los padres y las madres reconocieran qué introyectos limitan una relación empática con sus hijos e hijas, desde un Enfoque Centrado en la Persona (Segrera, 2014), Ese acompañamiento individual se realizó con cada padre y madre en cada sesión mediante un grupo de escucha. La crianza en los y las adolescentes en ocasiones implica estar pendiente de una infinidad de dudas, misterios ante las diversas interacciones y aún con el resto de sus hermanos, ya sea del mayor o del menor, sea hombre o mujer. Puede tener lugar el acoso escolar o el maltrato.

Uno de los descubrimientos que no esperaba que surgiera, es el miedo que tiene los padres y las madres, al no saber cómo comunicarse con sus hijas e hijos, cómo lo dice el autor al mencionar “no consigo hacer consciente en mis propios sentimientos, sobreviene el fracaso antes mencionado” (Rogers 1964, p.60), por ello, una madre o

un padre, ante una situación de invalidez de lo que le pasa, será difícil transmitirlo con claridad, generando confusión al no saber qué expresar.

Por lo tanto, ~~efectivamente~~ se van repitiendo esos patrones de los padres, madres o personas de las cuáles se hicieron cargo de cada uno de ellos, de tal forma, que adquirieron esos introyecto de forma inconsciente (miradas, posturas, gestos) y también de parte de la sociedad (¿Qué va a decir la gente de esto?, ¡Ante Dios está prohibido!, ¿Por qué tengo que llorar?, ¡Té estoy diciendo que hace frío!, ¡Cállese, yo sé más que tú!, ¡A mí me habla con respeto!, ¡Te pego porque te amo!) se dejan llevar por esas corrientes que no favorecen el vínculo de la relación entre el padre, la madre y los hijos e hijas, ya que primero viene esos pensamientos y posturas, permitiendo poner una barrera desde en un marco de referencia diferente a lo que el hijo o hija viven.

Por otro lado, reconocieron que repetían patrones que veían de otras generaciones, por lo que, ellos no sabían cómo lo fueron adquiriendo. Virginia Satir (2002) hace mención que al forjarse bajo un criterio de un grupo nutricional el padre o la madre aclarará muchas cosas, y como resultado, se formarán nuevos vínculos quiere decir, que la mayoría de las madres y los padres, no les fueron reconocidos o aclarados esas actitudes o posturas de las cuales les fueron impuestos por sus mismos padres o abuelos. Los padres al reconocer y validar sus propias emociones y sentimientos o experiencias les facilita expresar lo que les pasa ante ciertas circunstancias que pasa su hijo o hija.

Asimismo, en la mayoría de las sesiones en cada historia de vida había heridas que resaltaban en la adolescencia, como: carencias económicas, falta de afectividad de parte del padre y un poco de la madre, el miedo de confrontar a la figura paterna o materna. Estas acciones limitan una relación de vínculo y empatía entre el padre con la madre hacia el hijo, es decir, que limitan entre ellos la tendencia actualizante del hijo y posibilidad de fortalecer el vínculo afectivo con el padre y la madre. A continuación, se presentan las sesiones del taller.

Tabla No.2 Plan del taller de intervención

PLAN DEL TALLER DE INTERVENCIÓN	
Duración total: 14 horas	
Todos los Domingos 9:00 a 11:00 horas. 7 sesiones.	
Inicia: 18 de febrero de 2024	
Concluye: 31 de marzo de 2024	
Sesión 1	
Dirigido a: Padres, madres o tutores que este a cargo de un adolescente	
No. de participantes: -- personas	Modalidad: presencial en la Parroquia de San Pio de Pietrelcina.
Objetivo de la Sesión 1: Explicación del taller en este grupo de encuentro, así cómo llegar a los acuerdos para poder generar un clima de confianza con la finalidad de que se vaya sintiendo un clima de seguridad, de escucha y comprensión.	
Requerimientos humanos: • Participantes • Facilitador	Requerimientos materiales: • Salón de encuentro • Sillas • Proyector. • Marcadores. • Gafetes. • Listones para gafetes. • Papeletas para escribir. • Plumas. • Cinta para pegar. • Computadora.

		• Revistas y Periódico.		
PROGRAMA				
TÉCNICA	Hora	DESARROLLO	TIEMPO	MATERIALES
Bienvenida.	9:05	1. Dar les la Bienvenida a este taller: Taller para padres, madres tutores con hijos adolescentes.	5 ´ Min.	Presentación por medio de PPT.
Presentación.	9:10	2. Presentación del facilitador.	5´ Min.	Bocadillos de Bienvenida.
Objetivo.	9:15	3. Presentar el objetivo del taller. ○ Información del taller. ○ El horario. ○ La duración. ○ Los días.	5´ Min.	Gafetes, cordones y Plumones.
Firma del Consentimiento o firmado	9:20	4. Firma del Consentimiento firmado ○ Informar la razón del consentimiento. ○ Firma de este.	5´ Min.	Presentación de PPT.
Acuerdos.		5. Acuerdos. ○ Escribir en cada papeleta los acuerdos del grupo, contestando las siguientes		

	9:45	○ Con la finalidad de generar la escucha y detectar la necesidad las necesidades del taller para saber si el taller está planteado los temas o se va cambiando las sesiones.	60´ Min.	Revistas, Periódicos. Cartulinas Pegamento. Tijeras. Música. Escucha empática. Empleando las palabras de Rogers (2020), la finalidad es que tanto el padre, madre o tutor identifiquen con su adolescente ante una situación de dificultad;
Cierre.	10:50	8. Cierre. ○ ¿Cómo me voy? Y ¿De que doy cuenta?	10´ Min.	cuando una persona llega a mí atribulada por su peculiar combinación de dificultades, es sumamente útil crear una relación en la que se sienta segura y libre. Mi propósito es comprender cómo se siente

				en su propio mundo interno aceptarlo tal como es y crear una atmósfera de libertad que le permite expresar sin traba alguna sus pensamientos, sus sentimientos y su manera de ser.” (p.113). Por consiguiente, identifiqué y separé lo que los padres van sintiendo de lo que los hijos sienten y validen lo que es su sentir.
--	--	--	--	--

PLAN DEL TALLER DE INTERVENCIÓN

Duración total: 14 horas

Todos los Domingos 9:00 a 11:00 horas. 7 sesiones.

Inicia: 18 de febrero de 2024

Concluye: 31 de marzo de 2024

Sesión 2

Dirigido a: Padres, madres o tutores que este a cargo de un adolescente	
No. de participantes: 13 personas	Modalidad: presencial en la Parroquia de San Pio de Pietrelcina.

Objetivo de la Sesión 2:

Que los padres, madres y tutores, detecten los primeros introyectos por sus padres durante los primeros años de vida, que va de los 3 a los 8 años de vida, con la finalidad de que hagan esa conciencia en la manera en que se fueron desarrollando en la actualidad en referencia a generar un vínculo con su hijo o hija adolescente.

Requerimientos humanos:

- Participantes
- Facilitador

Requerimientos materiales:

- Salón de encuentro
- Sillas
- Proyector.
- Marcadores.
- Gafetes.
- Listones para gafetes.
- Papeletas para escribir.
- Plumas.
- Cinta para pegar.
- Computadora.
- Revistas y Periódico.

PROGRAMA

TÉCNICA	Hora	DESARROLLO	TIEMPO	MATERIALES
Bienvenida.	9:05	1. Dar les la Bienvenida a este taller:	5 ´ Min.	Dar la bienvenida a los nuevos integrantes y leer los acuerdos del grupo.
	9:10	Taller para padres, madres tutores con hijos adolescentes.	5´ Min.	

Dinámica de encuentro de grupo.	9:15	2. Hacer contacto conmigo mismo. ○ Hacer conciencia del aquí y el ahora. ○ Técnica de respiración y experiencia orgánica. 3. Terminar la actividad de los cuatro momentos más importantes durante mi adolescencia.	25' Min.	Música.
Dinámica de encuentro de Grupo.	9:40	4. Escribamos frases y posturas. ○ Los padres identificarán que frases dichas por sus padres no les gustaba que les dijera, así como posturas y actitudes que no favorecieron en su niñez.	5' Min.	Sus Cartelones.
Actividad	9:45	5. Circulo de escucha. ○ Los padres, madres y tutores, expresarán lo descrito en su papel y compartirán sus respuestas de manera aleatoria. ○ Con la finalidad de generar la escucha es para que los padres vayan detectando cómo los introyectos limitaron esa relación con su padres, madre o tutor.	65' Min.	Hojas y plumas. Escucha empática.

Cierre.		6. Cierre. ○ Avisos. ○ ¿Cómo me voy? Y ¿De qué me doy cuenta?	10´ Min.	En consecuencia, Muñoz (2012) menciona que los Introyectos son mensajes explícitos o implícitos con respecto a la persona misma en la vida que le rodean, se les considera las ideas verbales no verbales que la persona se tragó “sin masticar” que por lo regular se hace con el fin de ser aceptado de aquellas personas que le eran significativos; es decir, estas ideas no tienen fundamento en la propia experiencia que se asumen para
-----------------------	--	--	-----------------	---

			buscar su aprobación o afecto. De este modo, Satir (2002) aporta que en la sociedad hay condiciones que aportan a los introyectos, “las reglas que usan los individuos para normar cómo deben sentir y actuar, y que después se convierte en lo que denomino sistema familiar” (p.18), de este modo, es cómo las normas o reglas pueden interrumpir el proceso de crecimiento de la persona para su bienestar.
--	--	--	--

PLAN DEL TALLER DE INTERVENCIÓN

Duración total: 14 horas

Todos los Domingos 9:00 a 11:00 horas. 7 sesiones.

Inicia: 18 de febrero de 2024

Concluye: 31 de marzo de 2024

Sesión 3

Dirigido a: Padres, madres o tutores que están a cargo de un adolescente.

No. de participantes: 11 personas

Modalidad: presencial en la Parroquia de San Pío de Pietrelcina.

Objetivo de la Sesión 3:

Que los padres, madres y tutores, se hagan consiente desde que posturas y gestos, se comunican con sus hijos adolescentes, y esto a la vez, se hagan consientes que lo aprendieron desde la figura de sus padres.

Requerimientos humanos:

- **Participantes**
- **Facilitador**

Requerimientos materiales:

- **Salón de encuentro**
- **Sillas**
- **Marcadores.**
- **Gafetes.**
- **Papeletas para escribir.**
- **Plumas.**
- **Cinta para pegar.**
- **Computadora.**
- **Grabadora**
- **Bocinas.**

PROGRAMA

TÉCNICA	Hora	DESARROLLO	TIEMPO	MATERIALES
Bienvenida.	9:05	1. Dar les la Bienvenida a este taller: Taller para padres, madres tutores con hijos adolescentes.	5 ´ Min.	Dar la bienvenida a los nuevos integrantes y leer los acuerdos del grupo.
Presentación.	9:10	2. Grupo de encuentro. ○ Caminal en filita y seguir el paso de la persona que vaya enfrente. ○ La idea es que todos dirijan la fila. ○ Crear que la empatía es de a forma, ir al paso y el ritmo de la persona. ○ Realizar la pregunta ¿De qué nos damos cuenta? ¿Me da sentido en la relación con mis hijos?	5´ Min.	
Dinámica de encuentro de Grupo.	9:15	3. La explicación de las cuatro comunicaciones que da Virginia Satir. ○ Presentarles y explicarles con base a su historia de adolescentes, si distinguían este comportamiento y con quien lo relacionan. 4. Sketch : ○ Los padres y madres van representar una escena	20´ Min.	Dibujos de las 4 formas de comunicación de Virginia Satir.

Actividad.	9:35	utilizando cada uno de ellos un rol de comunicación. 5. Circulo de Escucha ¿De qué se dan cuenta? ○ Qué los padres y madres expresen su sentir ante esta dinámica de saber que me paso y cómo se siente con eso.	15´ Min.	
	9:50	6. Presentación del triángulo dramático y triángulo ganador. ○ Facilitarles la primera herramienta del taller por medio del triángulo ganador. 7. Cierre. ○ ¿Cómo me voy? Y ¿De qué doy cuenta?	60´ Min.	Escucha empática. Empleando las palabras de Rogers (2020), la finalidad es que tanto el padre, madre o tutor identifiquen con su adolescente ante una situación de dificultad; cuando una persona llega a mí atribulada por su peculiar combinación de dificultades, es sumamente útil crear una relación en la que se sienta segura y libre. Mi propósito es comprender cómo se siente en su propio mundo interno aceptarlo tal como es y crear una atmósfera de libertad que le permite expresar
Cierre.	10:50		10´ Min.	

				sin traba alguna sus pensamientos, sus sentimientos y su manera de ser.” (p.113). Por consiguiente, identifiqué y separé lo que los padres van sintiendo de lo que los hijos sienten y validen lo que es su sentir.
--	--	--	--	---

PLAN DEL TALLER DE INTERVENCIÓN Duración total: 14 horas Todos los Domingos 9:00 a 11:00 horas. 7 sesiones. Inicia: 18 de febrero de 2024 Concluye: 31 de marzo de 2024 Sesión 4	
Dirigido a: Padres, madres o tutores que están a cargo de un adolescente.	
No. de participantes: 11 personas	Modalidad: presencial en la Parroquia de San Pio de Pietrelcina.
Objetivo de la Sesión 4: Realizar un reconocimiento de los cambios de la adolescencia desde lo que ellos pasaron, con la finalidad de empatizar con sus hijos en esos cambios que están teniendo.	

Requerimientos humanos: • Participantes • Facilitador	Requerimientos materiales: • Salón de encuentro • Sillas • Marcadores. • Gafetes. • Papeletas para escribir. • Plumas. • Cinta para pegar. • Computadora. • Grabadora • Bocinas.
---	--

PROGRAMA

TÉCNICA	Hora	DESARROLLO	TIEMPO	MATERIALES
Bienvenida.	9:05	1. Dar les la Bienvenida a este taller en 4ta. sesión: Taller para padres, madres tutores con hijos adolescentes.	5 ´ Min.	Dar la bienvenida a los nuevos integrantes y leer los acuerdos del grupo.
Actividad.	9:10	2. Grupo de encuentro. ○ Darse el permiso de recordar la etapa de la adolescencia. ○ Hacer respiraciones para contactar con la persona. ○ Una vez realizado está dinámica, hacer una actividad cuando éramos adolescentes ya sea en la	5´ Min.	

Dinámica de encuentro de Grupo.	9:15	escuela, con los amigos o “x” lugar y revivirnos en esos momentos. 3. Saber que es la adolescencia. ○ Realizar una mesa de trabajo de ver que es lo que conocen de la adolescencia. Reforzados con los autores: 4. Sketch: ○ Los padres y madres van a representar una escena utilizando cada uno de ellos un rol de comunicación.	20´ Min. 15´ Min.	Plenaria.
Dinámica de encuentro de Grupo.	9:35	5. Circulo de Escucha ¿De qué se dan cuenta? ○ Qué los padres y madres expresen su sentir ante esta dinámica de saber que me paso y cómo se siente con eso. 6. Revisión de las etapas de Erickson. ○ En especial en la adolescencia.	60´Min.	Circulo de escucha. En palabras de Erikson (197) menciona que <i>“es una etapa intermedia, incluso en un periodo rápido. A cambio, la adolescencia parece cumplir la función de confiar a la persona en</i>

Cierre.	10:50	7. Cierre. ¿Cómo me voy? Y ¿De que doy cuenta?	10' Min.	<i>crecimiento, los logros posibles y los ideales comprensibles de una civilización en existencia o en desarrollo. En cada individuo, sin embargo, y en cada generación, existe un potencial para que la pudiéramos llamar una adolescencia intensificada, es decir, una fase crítica marcada por la expresión recíproca del conflicto interno y la desorganización social.” (p.119)</i>
----------------	--------------	---	----------	--

PLAN DEL TALLER DE INTERVENCIÓN

Duración total: 14 horas

Todos los Domingos 9:00 a 11:00 horas. 7 sesiones.

Inicia: 18 de febrero de 2024

Concluye: 31 de marzo de 2024

Sesión 5

Dirigido a: Padres, madres o tutores que están a cargo de un adolescente.

No. de participantes: 08 personas

Modalidad: presencial en la Parroquia de San Pio de Pietrelcina.

Objetivo de la Sesión 5:				
Que los padres, madres y tutores, reconozcan las actitudes de una familia que no favorecen a una familia nutricia, con la finalidad, de que ellos logren darse cuenta que si les fue funcional y que pueden cambiar.				
Requerimientos humanos: • Participantes • Facilitador		Requerimientos materiales: • Salón de encuentro • Sillas • Marcadores. • Gafetes. • Papeletas para escribir. • Plumas. • Cinta para pegar. • Computadora. • Grabadora • Bocinas.		
PROGRAMA				
TÉCNICA	Hora	DESARROLLO	TIEMPO	MATERIALES
Bienvenida.	9:05	1. Dar les la Bienvenida a este taller en 5ta. sesión: Taller para padres, madres tutores con hijos adolescentes.	5 ´ Min.	¿Cómo llego a esta sesión?
Actividad.	9:10	2. Grupo de encuentro.	5´ Min.	Plenaria.

Dinámica de encuentro de Grupo.	9:15	○ Hacer contacto con el nuestro cuerpo por medio de técnica de respiración, de tal forma, que el cuerpo exprese.	20´ Min.	Todos.
Actividad.	9:35	3. Reconocer las cualidades de la otra persona. ○ Darse la oportunidad de decirle a las otras personas sus cualidades que tiene y al finalizar darse un fuerte abrazo. 4. Circulo de Escucha ¿De qué se dan cuenta? ○ Qué los padres y madres expresen su sentir ante esta dinámica de saber que me paso y cómo se siente con eso.	15´ Min.	Todos.
Dinámica de encuentro de Grupo.		5. Revisión ¿Qué significa de padre? Y ¿Qué significa ser madre? ○ Compartir respuestas entre todos.	65´ Min.	Todos.
		6. Cualidades de una familia no nutricia. ○ Presentarles las cualidades que no tiene una familia nutricia		Así mismo el autor Estalayo (2010), hace mención que ya desde siglos anteriores la palabra “padre” se había asociada al temor y a la violencia, por lo tanto, ya desde la antigüedad la figura paterna, retomaba
Cierre.	10:50	7. Cierre. ○ ¿Cómo me voy? Y ¿De qué doy cuenta?	10´ Min.	autoridad, Estalayo (2010) reafirma palabras de Freud (1982) “el

				padre irrumpe traumáticamente portando la doble prohibición, donde se introduce el concepto de castración” (p.432), de cualquier forma, el padre ejercía dicha autoridad y lo podría refirmar físicamente. Dicho en otras palabras, de la misma autora Satir (2002) “pero, lo que suele asustar a los padres es el desarrollo del poder emocional de sus hijos —las emociones básicas de soledad, sufrimiento, amor, alegría, ira, temor, frustración, humillación y vergüenza.” (p. 266), es la forma de la cual, un
--	--	--	--	---

				padre, madre o tutor, no se engancha ante una reacción de su hijo o hija, si no que valida lo que le está pasando en un interior y exterior.
--	--	--	--	--

PLAN DEL TALLER DE INTERVENCIÓN Duración total: 14 horas Todos los Domingos 9:00 a 11:00 horas. 7 sesiones. Inicia: 18 de febrero de 2024 Concluye: 31 de marzo de 2024 Sesión 6	
Dirigido a: Padres, madres o tutores que están a cargo de un adolescente.	
No. de participantes: 08 personas	Modalidad: presencial en la Parroquia de San Pio de Pietrelcina.
Objetivo de la Sesión 6: Que los padres y las madres vean otro modelo de familia que desarrolla el fortalecimiento del vínculo en las relaciones familiares.	
Requerimientos humanos: Participantes	Requerimientos materiales: Salón de encuentro

• Facilitador	• Sillas • Marcadores. • Gafetes. • Papeletas para escribir. • Plumas. • Cinta para pegar. • Computadora. • Grabadora • Bocinas.
--	--

PROGRAMA

TÉCNICA	Hora	DESARROLLO	TIEMPO	MATERIALES
Bienvenida.	9:05	1. Dar les la Bienvenida a este taller en 5ta. sesión: Taller para padres, madres tutores con hijos adolescentes	5 ´ Min.	¿Cómo llego a esta sesión?
Actividad.	9:10	2. Grupo de encuentro. ○ Hacer contacto con el nuestro cuerpo por medio de técnica de respiración, de tal forma, que el cuerpo exprese.	5´ Min.	Plenaria.
Dinámica de encuentro de Grupo.	9:15	3. Reconocer las cualidades de la otra persona. ○ Darse la oportunidad de decirle a las otras personas sus cualidades que tiene y	20´ Min.	Todos.

Actividad.	9:35	al finalizar darse un fuerte abrazo. 4. Circulo de Escucha ¿De qué se dan cuenta? ○ Qué los padres y madres expresen su sentir ante esta dinámica de saber que me paso y cómo se siente con eso.	15´ Min.	Todos.
Dinámica de encuentro de Grupo.		5. Revisión ¿Qué significa de padre? Y ¿Qué significa ser madre? ○ Compartir respuestas entre todos. 6. Cualidades de una familia no nutricia. ○ Presentarles las cualidades que no tiene una familia nutricia 7. Cierre. ○ ¿Cómo me voy? Y ¿De qué doy cuenta?	65´Min.	Todos. Así mismo el autor Estalayo (2010), hace mención que ya desde siglos anteriores la palabra “padre” se había asociada al temor y a la violencia, por lo tanto, ya desde la antigüedad la figura paterna, retomaba autoridad, Estalayo (2010) reafirma palabras de Freud (1982) “el padre irrumpe traumáticamente portando la doble prohibición, donde se introduce el concepto de castración” (p.432), de cualquier forma, el padre ejercía dicha autoridad y lo podría refirmar físicamente.
Cierre.	10:50		10´ Min.	Dicho en otras palabras, de la misma autora Satir

				(2002) “pero, lo que suele asustar a los padres es el desarrollo del poder emocional de sus hijos — las emociones básicas de soledad, sufrimiento, amor, alegría, ira, temor, frustración, humillación y vergüenza.” (p. 266), es la forma de la cual, un padre, madre o tutor, no se engancha ante una reacción de su hijo o hija, si no que valida lo que le está pasando en un interior y exterior.
--	--	--	--	--

PLAN DEL TALLER DE INTERVENCIÓN Duración total: 14 horas Todos los Domingos 9:00 a 11:00 horas. 7 sesiones. Inicia: 18 de febrero de 2024 Concluye: 31 de marzo de 2024 Sesión 7	
Dirigido a: Padres, madres o tutores que están a cargo de un adolescente.	
No. de participantes: 08 personas	Modalidad: presencial en la Parroquia de San Pio de Pietrelcina.

Objetivo de la Sesión 7:

Qué los padres, las madres y tutores, expresen de que se dieron cuenta del taller, de esta forma identifiquen que beneficios obtuvieron del taller.

Requerimientos humanos:

- Participantes
- Facilitador

Requerimientos materiales:

- Salón de encuentro
- Sillas
- Marcadores.
- Gafetes.
- Papeletas para escribir.
- Plumas.
- Cinta para pegar.
- Computadora.
- Grabadora
- Bocinas.

PROGRAMA

TÉCNICA	Hora	DESARROLLO	TIEMPO	MATERIALES
Bienvenida.	9:05	1. Dar les la Bienvenida a este taller en 7ma. sesión: Taller para padres, madres tutores con hijos adolescentes.	5 ´ Min.	¿Cómo llego a esta sesión?
Actividad.	9:10	2. Grupo de encuentro. ○ Hacer contacto con el nuestro cuerpo por medio de técnica de respiración, de tal forma, que el cuerpo exprese.	5´ Min.	Plenaria.

Dinámica de encuentro de Grupo.	de de	9:15	3. Reconocer por medio del material compartido lo que se cursó en el taller. ○ Dar una vuelta por el salón y vean el material que se utilizó en el taller, así como sus dibujos y escritos que hicieron.	20´ Min.	Todos.
Actividad.		9:35	4. Circulo de Escucha ¿De qué se dan cuenta? ○ Qué los padres y madres expresen su sentir ante esta dinámica de saber que me paso y cómo se siente al ver las seis sesiones pasadas. ○ Compartir el circulo de la conciencien. ○ Compartir el lenguaje responsable. 5. ¿Qué me agradezco de este taller? ¿Qué me llevo del taller? ○ Escribir en una hoja blanca las respuestas para compartir con mis compañeros.	5´ Min.	Todos.
Dinámica de encuentro de Grupo.	de de	9:40	6. Cierre. ○ ¿Cómo me voy? Y ¿De qué doy cuenta?	60´ Min.	“Cliente se siente recibido, aceptado y comprendido tal y como es” (Rogers, 2020, p,44)
Cierre.		10:50		10´ Min.	

				Todos.
--	--	--	--	--------

5.4 Mi forma de facilitar

Desde que entré en la maestría, una de las herramientas que he desarrollado es, “un proceso de interacción, comunicación y relación” (Moreno, 2019. p. 184). Reconozco que no puedo dar nada por hecho hasta que la persona valide la información en la práctica comunicativa. Rogers (2014) hace referencia a la importancia de crear “cierto tipo de relación” (p.40), es decir, en mi labor como facilitador, mediante la escucha activa, la comprensión empática y la aceptación positiva incondicional crear un ambiente de confianza para que emerja una relación donde la persona valide su experiencia, toque sus emociones y sensaciones de manera que, pueda promover su potencial humano.

Identifico que mi forma de facilitar es desde la calidez y el respeto. Todo el tiempo procuro estar atento y demostrar esa atención con una mirada, mi cuerpo inclinado hacia donde está la persona, mis oídos atentos a la información que me comparte, en mi mente voy descifrando el mensaje de lo que dice cada uno los participantes, como menciona Barceló (2012) “el facilitador centrado en la persona manifiesta afecto, lo verbaliza y lo muestra a través del lenguaje corporal; esta expresión de afecto es auténtica, sin simulacros, sino paciente y casi tímida porque no intenta violentar al otro sino respetarlo” (p. 137).

Me gusta crear un clima de confianza, ser acogedor y atento para que las personas se animen a expresar asuntos de su vida, como dice Salvador Moreno trataba de “acompañar y escuchar comprensivamente” (2019, p.192), es decir, permitirme entrar con respeto y delicadeza ante lo que cada persona narraba y expresaba con el corazón.

Me doy cuenta de que soy honesto al pedir que me repitan alguna información. Con humildad permitía que el grupo me ayudara a entender algo que yo no alcanzaba a ver o validar de lo que compartía algún participante. En la facilitación me permito liberar mis emociones como me van sucediendo al escuchar a las personas: lloro,

abrazo, me río.... y, a la par acompaño la experiencia del otro reflejando lo que observo: “te duele tu pecho, veo que tus ojos quieren llorar”. Esto coincide con lo que dice Friedman (2022):

la liberación emocional es un fenómeno común cuando se está escuchando. Algo abre el interior; las lágrimas afloran, el enojo es sentido más agudamente, la risa aparece, hay un gran suspiro, los sentimientos son experimentados más profundamente, encuentran una expresión y cambian. (p. 24).

Es decir, el validarme y validar en los demás me permite entrar al corazón de cada una de las personas. Al inicio de cada sesión hacía una actividad para “romper el hielo” (Orozco y Salazar, 2019 en Zohn Muldoon, Casillas y Cervantes, 2019, p.23); es decir, con ayuda de algunas dinámicas se estableció un vínculo y un ambiente de confianza, de tal suerte que los participantes liberaban la tensión inicial. También fue muy útil hacerlos reír en algunas ocasiones.

Capítulo VI Resultados de la intervención

En este capítulo se muestran los resultados luego del taller para padres, madres, tutores con hijos adolescentes, titulado “Desafiante tener un adolescente”, con una duración de siete sesiones, en el estado de Jalisco, en el municipio de Tlajomulco de Zúñiga, en la colonia “Fraccionamiento Hacienda Santa Fe”, en la casa pastoral de la parroquia de San Pío de Pietrelcina. En dicho taller se tuvo una presencia de ocho participantes, de los cuales, seis son mujeres y dos hombres, entre ellos un matrimonio de veinte años de casados. En lo sucesivo, se mencionará “padres” para hacer referencia a padres, madres y tutores; cuando sea necesario se precisará si se trata de unos u otros.

Dicho taller fue realizado con la finalidad de que los padres, madres o tutores que cuidan y atienden a adolescentes, hicieran conscientes los *introyectos* aprendidos en la relación con sus padres, madres o tutores, en particular, durante su etapa de adolescencia y cómo esos introyectos están presentes en la relación con sus hijos e hijas adolescentes, repitiendo de esta forma patrones de conductas, modos explícitos e implícitos, gestos, frases o castigos, etc. Los padres o tutores al hacer conscientes los introyectos pueden tomar decisiones respecto a la manera en que educan y se relacionan con sus hijos e hijas.

Los *introyectos*, según Fritz Perls (1976) son elementos externos que la persona asimila sin cuestionar y que influyen en su comportamiento y forma de ver el mundo, a menudo obstaculizando su autenticidad y crecimiento personal; es decir, se refiere a las creencias, actitudes y formas de pensar relacionadas con la manera en que ellos fueron educados, con la responsabilidad de tener una hijo o hija adolescente, se tiene que forjar con rigidez.

Al respecto, Sigmund Freud (1923), menciona que la internalización de normas y valores de los padres y la sociedad está relacionada con reglas que favorecen su relación con los demás y con la manera en que se establece un vínculo en las relaciones. En este sentido, Berger & Luckmann, (2003), describen el ejemplo de un introyecto social, “en la internalización de normas existe una progresión que va desde “Mamá está enojada conmigo ahora” hasta “Mamá se enoja conmigo cada vez que derramo la sopa” (p.166).

Una vez que padres y tutores reconocen sus introyectos desde su historia personal y se hacen conscientes de ellos, es posible que tomen la decisión de relacionarse con sus hijos adolescentes que favorezcan la comunicación desde la *comprensión empática*⁵, la *escucha activa*⁶ y la *aceptación incondicional*⁷ (Rogers, 2020) y con ello, es posible fortalecer del vínculo entre el o la adolescente con su padre, madre o tutor. En cada una de las sesiones del taller, los padres y tutores se fueron haciendo conscientes de sus introyectos por medio de su historia de vida, situaciones que vivieron con ambos padres. A continuación, se presentan las categorías.

Tabla No.3 Categorías y subcategorías

Categorías	Subcategorías
6.1 El deber y responsabilidad de ser padre o madre	6.1.1 Ser proveedor y cubrir necesidades económicas 6.1.2 El cuidado y la seguridad 6.1.3 Educar para inculcar valores
6.2 La diferencia entre ser hijo o hija adolescente desde mi historia en la relación de afecto con mis padres.	6.2.1 ¿Cómo se vive un adolescente? 6.2.2 La diferencia entre ser hijo o hija adolescente 6.2.3 Reconocimiento e identificación de sentimientos, contacto físico y verbal con el padre y la madre 6.2.4 La obediencia, el castigo físico y verbal en la relación con sus padres

⁵ "La comprensión empática implica percibir el marco interno de referencia de otro con exactitud y con las componentes emocionales y significados que le pertenecen como si uno fuera esa persona, pero sin perder la condición de 'como si'. De esta manera, implica sentir el dolor o el placer de otro como él lo siente y percibir las causas de tal dolor o placer como él las percibe, pero sin olvidar que es 'como si' uno fuera esa persona" (Rogers, 2020, p.65)

⁶ "La escucha activa significa que estamos escuchando genuinamente lo que el otro está diciendo, que estamos tratando de comprender profundamente cómo lo ve y lo siente, y no simplemente escuchando las palabras. Es una escucha empática en la que tratamos de captar la experiencia de la otra persona tal como él o ella la vive." (Rogers, 2020, p.65)

⁷ "La aceptación incondicional significa que cuando el terapeuta experimenta una actitud positiva, cálida y aceptante hacia el cliente, independientemente de lo que éste esté sintiendo o haciendo, se crea un clima propicio para el crecimiento y el cambio." (Rogers, 2020, p.66)

6.3 Reconocer mis introyectos permiten relacionarme con mi hijo o hija desde la comprensión empática y la aceptación positiva incondicional	
---	--

Fuente: elaboración propia.

Los padres hicieron contacto consigo mismos para reconocer qué les pasaba ante ciertas posturas, gestos y situaciones que les incomodaba expresar durante su etapa de la adolescencia, reconociendo también que, dichos cambios son parte del crecimiento de la persona, que hay necesidades, sentimientos y situaciones o expectativas que desean expresar para ser escuchadas por sus padres y madres.

Los introyectos expresados por los padres o tutores durante el taller están presentes de manera transversal en las categorías a través de necesidades insatisfechas, deberes, obligaciones y haber sido reprendidos, así como las diferencias entre ser hombre o mujer que les fueron marcadas como limitantes y que ahora, ellos y ellas viven con sus hijos e hijas adolescentes.

6.1 El deber y responsabilidades de ser padre o madre

En esta primera categoría, se describe la responsabilidad que implica ser “padre” o “madre” como mandato social, la expectativa de ser mejores que sus propios padres y mejorar la relación que tienen con sus hijos e hijas a partir de atender sus carencias.

Los roles de género son conductas estereotipadas por la cultura, por tanto, pueden modificarse dado que son tareas o actividades que se espera realice una persona por el sexo al que pertenece. Por ejemplo, tradicionalmente se ha asignado a los hombres roles de políticos, mecánicos, jefes, etc., es decir, el rol productivo; y a las mujeres, el rol de amas de casa, maestras, enfermeras, etcétera (INMUJERES, 2004). De esta misma forma, Estalayo (2010), hace mención que ya desde los primeros siglos, la palabra “padre” se había asociaba con el temor y la violencia, por lo tanto, ya desde la antigüedad la figura paterna, retomaba autoridad, Estalayo (2010) reafirma palabras de Freud (1982) “el padre irrumpe traumáticamente portando la doble prohibición, donde se introduce el concepto de castración” (p.432), de cualquier forma, el padre ejercía dicha autoridad y lo podría refirmar físicamente.

De esta forma, Maslow (1972) afirma que, las personas tienen responsabilidad, obligación y el deber de cubrir en otros, las primeras necesidades fisiológicas, de seguridad, amor, afecto, pertenencia, estima y motivación. Esta tarea es asumida según dicte el mandato de género, en una sociedad patriarcal y heteronormativa los hombres se encargan principalmente de ser proveedores económicos; mientras que las mujeres atienden el cuidado de la familia (Lagarde, 2018). Aunque algunos padres se involucran en el cuidado con los hijos, un gran número de ellos asume el deber de ser el sostén económico. Al respecto, el participante Víctor lo describe de la siguiente manera: “a pesar de estar cansado me siento responsable de sacar a mis dos pollitas adelante”, siendo así, una responsabilidad por cada uno de los hijos e hijas que decidan tener los padres. En este relato se observa cómo este padre asume el deber de atender y cuidar a sus hijas.

De esta forma, la categoría donde se retoma el deber y la responsabilidad hacia cubrir las necesidades de hijas e hijos se enmarca, en los mandatos de género relacionados con lo que se espera del hombre-padre y la mujer-madre. Esta categoría se conforma por las siguientes subcategorías:

6.1.1 Ser proveedor y cubrir necesidades económicas

6.1.2 El cuidado y la seguridad

6.1.3 Educar para inculcar valores

6.1.1.- Ser proveedor y cubrir necesidades económicas

Resolver los problemas económicos para cubrir necesidades básicas de alimentación, afectividad y cuidado es todo un reto en esta época; ya que en México, las constantes crisis económicas, la presencia de eventos inesperados como la pandemia por el COVID-19 y la precariedad laboral, entre otros aspectos, han propiciado que padres y madres ingresen al ámbito laboral, priorizando el aspecto económico para cubrir necesidades básicas de la familia, como el pago de servicios, transporte, alimentación y vestido (Jiménez-Bandala, Peralta, Sánchez, Márquez-Olvera y Arellano-Aceves, 2020). Lo anterior ocasiona un cambio en el tiempo que los padres dedican a actividades de vinculación y atención a sus hijos.

Al respecto, Pereira (2006) afirma que los padres trabajan muchas horas y están poco tiempo en casa. Así es como se viven algunos padres, Javiz lo expresa de la

siguiente manera: “trabajemos los dos para darle una mejor vida a nuestro hijo y en sus estudios sea mejor que nosotros”. Este es un ejemplo de cómo el padre y la madre requieren trabajar y eso en ocasiones deriva en una ausencia en el hogar, de ahí que haya tutores al cuidado de los hijos e hijas; en otros casos, la responsabilidad recae en hermanos mayores a quienes se les encarga el cuidado de sus hermanos menores.

No solamente los padres asumen la responsabilidad de ser proveedores económicos, sino que muchas madres comparten este deber. Como lo describe Marys: “Mi mamá trabajaba desde la mañana hasta la noche; casi no la veíamos, y era para darnos una estabilidad económica.” En este sentido, Rogers (1980), reafirma que la madre proverbialmente era el núcleo de la vida emocional de la familia, ahora es trabajadora, una situación que cambia primordialmente la estructura familiar del desarrollo emocional de los y las hijas. Esto muestra cómo un padre o una madre buscan brindar estabilidad económica para evitar situaciones de carencia, aunque ello implique cambios significativos en la dinámica familiar.

De esta forma, un padre puede expresar una paradoja, como en este ejemplo: “Yo a mis hijas les compraría unos tenis de \$200.00, pero le dije a mi esposa: 'Mira, vamos a ver qué dice -su hija- para saber qué está dispuesta a aceptar con nosotros'. Al decirle a su hija: 'Te quiero comprar unos tenis, ¿de cuáles te gustan?', ella responde que quiere unos de \$1,500”. Este ejemplo refleja lo que menciona Freud (1923) respecto a que, los padres ponen una prueba a sus hijos. En este caso, al vivirse en esta paradoja de compararles cosas caras o lo que ellos pueden.

A causa de esto, narra Quique, describiendo: “la peor carrilla de mi vida fue cuándo mi mamá me compró unos tenis de Isuzu y mis compañeros unos Nike, e incluso salieron unos de válvula Nike y mis tenis era Air Silicona, esto me duró mucho tiempo la carrilla”, siendo lo que describe Rogers (2020), la autoestima se construye cuando una persona se conecta genuinamente consigo misma y reconoce su valor intrínseco, más allá de las opiniones, de manera que, un padre al querer cubrir las necesidades básicas antes mencionadas, se descuidan otra que de cierta forma la sociedad daña a la persona al no encajar en un cierto grupo social.

Estos cambios en las actividades de los padres, en particular cuando la madre también sale a trabajar y ambos priorizan el aspecto económico, muestran la

presencia de introyectos, tal como sucede, con la necesidad y el deber cubrir las necesidades con la familia.

Otro rasgo de lo anterior es que los padres ante lo vivido, como es el caso de lo que describe Lili: “mi papá dio todo por nosotros e incluso, si veía que no teníamos zapatos, prefería comprarnos a nosotros antes que a él”. Por ello, es que los padres al pasar por situaciones económicas son capaces de ponerse en un segundo plano ante las necesidades de sus hijos e hijas.

6.1.2 El cuidado y la seguridad

Todos necesitamos de cuidado. Así lo expresan Esquivel, Faur y Jelin (2018) “todos los seres humanos requerimos de cuidados personales, y la gran mayoría cuida a otros/as en algún momento de sus vidas.” (p.11), es decir, hay una relación directa con la experiencia de ser padres en el sentido de que la paternidad y la maternidad son formas fundamentales del acto de cuidar a otros ser. De manera que, todos necesitamos cuidado en algún momento, y ser padres es una de las formas más importantes y comunes en las que las personas asumen el rol de cuidadores ante los hijos e hijas.

Asimismo, la seguridad se entiende como: “una condición o estado caracterizado por la libertad ante amenazas dominantes sobre los derechos de las personas, sobre su tranquilidad e, incluso, sobre sus vidas.” (Mack, 2005, p.11). Se refiere, a la protección que los padres brindan contra situaciones que puedan afectar negativamente a los hijos e hijas, como riesgos físicos, amenazas a sus derechos, o situaciones que perturben su tranquilidad y desarrollo emocional.

Ser padre, madre o tutor implica actuar como un guardián de este entorno del cuidado y seguridad, promoviendo un estado de bienestar integral en el cual las y los hijos puedan crecer y desarrollarse sin miedo ni limitaciones impuestas por factores externos o internos. Marichuy expresa con firmeza: “A un hijo se le educa con un poco de hambre y un poco de frío”. Esta afirmación refleja una visión tradicional en la que la disciplina y las carencias se ven como un complemento. En este sentido, Estalayo (2010) complementa esta idea con un enfoque histórico al retomar las palabras de Duby (1985), quien describe la autoridad del jefe de familia desde la Edad Media, afirmando que uno de sus primeros deberes era vigilar, corregir y

educar. Esto contrasta con la actividad del padre en diferentes épocas, pues las nociones de cuidado, seguridad y disciplina han evolucionado, pasando de un control riguroso y severo a un enfoque más humanizado. En tal sentido, se logra descubrir que un padre de familia previene a su hijo o hija, así lo expresa Víctor en la siguiente narración:

un día le dije a mi hija ¿me quieres?, 'Sí'. Mira, un día tu mamá y yo vamos a morir, y te vas a quedas tú sola en la vida, por eso debes de estudiar y cuidarte para que en la vida te vaya bien y te puedas mantener tú sola con los valores que te inculcamos y por tu seguridad.

Satir (2002), menciona que, en la familia cada persona, cada acto, cada palabra tiene un impacto en los otros que incluye en el entorno familiar, es decir, cada miembro de la familia influye en los demás para fomentar el cuidado y seguridad. Por otro lado, Marys expresa a sus hijos: "Si puedes hacer esto, hazlo. Si te pasa algo, llora, te caes, te levantas, te sacudes y sigues; nunca mires hacia atrás y con esa experiencia aprende a cuidarte". Al respecto, Gordon (2014), señala que, la empatía sin juicios es el primer paso para que los hijos e hijas se sientan cuidados y comprendidos. Un padre o una madre al abrirse a la experiencia de brindar el cuidado fomenta también el cuidado personal desde la propia experiencia.

Como señala Rogers (2020), la ocupación más importante de los padres es enseñarles a tropezar su propio camino, ofreciéndoles amor, apoyo y confianza para que crezcan autónomos. Quique expresa su situación de otra forma: "al no darme dinero me hizo despertar el instinto de valorar las cosas, cuidarme y el saber lo que cuesta ganarse un peso", siendo esta acción como un aprendizaje introyectado del cuidado no sólo en su persona, sino también en el cuidado de las cosas materiales.

La evolución de las prácticas en el contexto familiar revela un cambio significativo en la forma en que se conciben el cuidado y la seguridad. La perspectiva de los padres, madres o tutores ante las interacciones familiares subrayan la influencia que cada miembro tiene en el bienestar, cuidado y seguridad de los y las hijas. Este análisis pone de manifiesto que la formación efectiva no solo se basa en la autoridad, sino también en la creación de un entorno de cuidado y seguridad que permite a las y los hijos crecer con confianza y autonomía. La clave radica en cómo se gestionan las experiencias dentro de la familia, resaltando la importancia de construir relaciones

basadas en la empatía.

6.1.3.- Educar para inculcar valores

En esta subcategoría se describe la manera en que padres o tutores, educan a los hijos e hijas, para que aprendan valores, pues como afirma Carreras (1995) “los valores sirven para guiar las conductas de las personas, son el fundamento por el cual hacemos o dejamos de hacer una cosa en un determinado momento” (p.13) y, además, los valores suelen estar presentes en la toma de decisiones. Por ejemplo, cuando los padres enfocan sus expectativas en el rendimiento académico, los hijos pueden llegar a percibir el éxito como una condición para el afecto (Deci y Ryan, 1985). Esto resalta la importancia de un equilibrio entre la orientación y el respeto por el desarrollo autónomo del hijo o la hija, promoviendo que los valores y la educación se integren de manera natural y contribuyan al crecimiento personal.

Los valores son parte de los introyectos, ya que estos se aprenden para la resolución de problemas, necesidades e incluso para establecer la forma de relación en la familia y en la sociedad. En algunas ocasiones la manera en que se aprenden los valores, están apegados en actividades que le ayudan a la persona a cubrir estas necesidades básicas.

De igual forma, hay valores que fortalecen las relaciones, como la puntualidad, así lo expresó Javiz, “el ser puntuales nos enseñaban a llegar temprano”. Aguilar & Ramo (2021), mencionan que, hay valores específicos se transmiten con mayor frecuencia, como el respeto, la solidaridad y la responsabilidad debido a que estos valores reflejan la cultura y tradiciones mexicanas.

Satir (2002) enfatiza que, no es tanto lo que ocurre en la familia, sino cómo cada miembro responde y maneja las situaciones. En este sentido, Marys ilustra su experiencia con la siguiente reflexión: “mi mamá decía: tú puedes hacer todo lo que quieras a pesar de lo que pasó con mi papá; ella estudió enfermería”. Esta afirmación refleja un esfuerzo por fortalecer la seguridad y la capacidad de ser salir adelante ante situaciones complicadas.

Pereira (2006), señala que, en la etapa de la niñez se formaron con valores rígidos, tal como lo describe unos de los padres al mencionar “por un lado, nos inculcaban a decir la verdad y ser responsable, pero si no decía la verdad me pegaban porque no

me creían lo que decía, entonces fue contradictorio” (Javiz). Los padres repiten valores y se los inculcan a sus propios hijos, al tiempo en que ponen en tela de juicio la manera de aprenderlos.

En conclusión, esta subcategoría expone cómo los valores y expectativas que los padres enseñan a sus hijos pueden reflejar aquello que aprendieron en su adolescencia, así como las normas culturales vigentes. Sin embargo, estas actitudes, prácticas y costumbres pueden ser contradictorias, ya que a veces los padres, madres o tutores, exigen comportamientos que ellos mismos cuestionaron o vivieron con ambigüedad generando tensiones en el proceso de crianza de sus mismos hijos e hijas.

6.2 La diferencia entre ser hijo o hija adolescente desde mi historia en la relación de afecto con mis padres

En esta segunda categoría se describe qué es ser adolescente desde la experiencia de padres, madres o tutores y la diferencia entre ser hijo o hija adolescente. La finalidad es identificar cómo fue su relación con sus padres desde la parte afectiva y desde la obediencia, de tal forma que identifiquen sus introyectos y su relación con sus padres, así como con sus hijos e hijas adolescentes.

Definir el término de adolescencia es complejo por la falta de precisión en las edades que la comprenden. De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (en Pérez & Santiago, 2002) “la adolescencia es la etapa que transcurre entre los 10 y 19 años, considerándose dos fases: la adolescencia temprana (10 a 14 años) y la adolescencia tardía (15 a 19 años)” (p.16), esto permitió identificar un margen de edad para cuando los padres compartan su experiencia compartida más adelante.

En la adolescencia es importante el fortalecimiento de los vínculos entre padres e hijos, ya que más allá de la edad, es una etapa difícil porque los adolescentes buscan definir su identidad mediante espacios y modos de pertenencia, así como de diferenciación. Por ello, López, Gutiérrez, & Ochoa (2007), consideran que, “la familia debe sincronizar, por un lado, la continuidad de los lazos efectivo y la unidad del sistema y, por otro lado, la tendencia del adolescente hacia su diferenciación y su deseo de autonomía” (p. 33), es decir, en la familia se fortalecen los lazos afectivos y puede ser un espacio donde el adolescente pueda sentirse seguro, escuchado,

atendido, pertenecido.

El problema en un adolescente es que “también influye el referente social que ha sido transmitido en la relación con sus padres, quienes a su vez lo tomaron de la sociedad” (Cobos, 2008 en Juárez, 2002, p.106). Este problema trae consigo la repetición de introyectos hasta que un padre o una madre decide romper ellos.

Incluso, la falta de la madre o del padre puede traer consigo consecuencias significativas en la vida del adolescente. De acuerdo con Deci & Ryan (1985), un ejemplo es cuando un hombre “internaliza roles inadecuados del mundo femenino porque su padre está ausente durante el período crucial de la socialización primaria que administran exclusivamente su madre y sus hermanas mayores.” (p.208). Esto, reafirma, cómo un rol de ser hombre o mujer es diferente desde la educación, formación y acompañamiento dentro de la familia.

Por ello, esta categoría retoma la experiencia personal de los padres, quienes comparten la manera en que vivieron su adolescencia como hijo e hija. Aquí se desarrolla cómo la necesidad de afecto marca la diferencia de su relación con sus padres y madres, así como aquellas formas de educación donde sobresale la obediencia y el castigo. Las subcategorías que componen esta categoría son:

6.2.1.- ¿Cómo se vive un adolescente?

6.2.2.- La diferencia entre ser hijo o hija de un adolescente

6.2.3.- Reconocimiento e identificación de sentimientos, contacto físico, verbal con el padre y la madre

6.2.4.- La obediencia, el castigo físico y verbal en la relación con sus padres

6.2.1.- ¿Cómo se vive un adolescente?

Erikson (1988) describe que durante la adolescencia la persona está en busca de su identidad, lo que significa que la persona pone en duda lo hasta ahora conocido debido al acelerado crecimiento corporal y, además, reaccionan ante situaciones con otros con aparente rebeldía. Al respecto, Marys lo describe de la siguiente manera: “los adolescentes se quejan de todo y no encuentran su lugar”, para referirse a la adolescencia como una etapa de cambio, inconformidad, expresión de aquello con lo que no se identifican o no están de acuerdo.

Por su parte, Javiz, describe: “para mí, la adolescencia es pasar por una transición

de cambio entre dejar de ser niño y pasar a ser un jovencito. Yo recuerdo, que era bien tranquilo en casa, pero en la calle era otra cosa". En este relato se observa un cambio de conducta de acuerdo con el espacio, momento y presencia de figuras de autoridad. Cobos (2008), señala que, los adolescentes toman decisiones de acuerdo con sus necesidades en un momento particular y en una situación específica como sucede en el relato donde él o la adolescente se comporta de acuerdo con su entorno social.

Durante la adolescencia no todo es malo, también hay aprendizajes y momentos de felicidad. Así lo expresa Marichuy: "la adolescencia, es una etapa muy bonita, en la cual me enseñé a ser tranquila y obediente gracias a mis padres, bueno, en especial con mi mamá...", dicho en palabras de Raimundi, Molina, Leibovich, & Schmidt (2017), "los padres pueden favorecer la realización de actividades de disfrutar y, por lo tanto, la experiencia del Flow" (p.115). La adolescencia también forma a la persona y hay quienes viven esta etapa desde la incertidumbre, la inseguridad, las prohibiciones o restricciones, tal como lo señala Víctor: "en mi adolescencia, no me dejaron ser libre y expresar mi libertad, querían que hiciera todo lo que ellos me decían, esto generaba conflictos". Respecto a estos momentos, Cobos (2008), afirma que "durante la adolescencia se intensifican los conflictos con los padres" (p.107).

Es preciso recordar que, estos relatos dan cuenta de cómo los padres vivieron su adolescencia y de cómo fue la relación con sus padres. En consecuencia, ellos reconocen esa etapa con una multiplicidad de vivencias, sentimientos, acciones, reacciones y modos de relacionarse. Marys menciona que "uno de adolescente lo que menos quiere es tener su cuarto limpio y eso me pasó con mi mamá, siempre quería que tuviera mi cuarto limpio porque me decía: van a venir tus amigas y van a ver tu tiradero". Al respecto, Pinea y Aliño (2002), afirman que, en la familia se forjan los valores para un bien personal y que favorecerá a la sociedad. Es decir, en la etapa de adolescencia, los padres forman al hijo o hija a ser limpios en su entorno personal y esto se reflejará en su entorno social.

En conclusión, los padres y las madres reconocieron que la adolescencia es una etapa de cambios físicos, emocionales, sociales y relacionales. Al recordar esta etapa algunos padres reconocieron algunos introyectos en la relación que tienen con

sus hijos e hijas, como se verá más adelante.

6.2.2.- La diferencia entre ser hijo o hija de un adolescente

La diferencia entre ser hombre o mujer en esta etapa de la adolescencia está marcada por los padres y madres, así lo refuerza Carrascosa, Cava & Buelga (2015) “se compone de 2 escalas: una refleja la comunicación con la madre (desde la perspectiva del hijo o hija), y la otra, la comunicación con el padre (también desde la perspectiva del hijo o hija)” (p.104). En esta subcategoría está orientada a describir cómo la comunicación entre adolescentes y sus padres reflejan diferencias marcadas por el trato desigual y estricto según el género.

Es conveniente iniciar con la perspectiva de ser hija adolescente. Raimundi, et al., (2017) mencionan que, en comparación con los hombres, las mujeres adolescentes reportan más quejas somáticas o sufrimientos que pasaron con sus padres. Esta aseveración resalta en el relato de Mirella quien comparte lo siguiente:

me ponían como ejemplo en mi familia, era la primera hija, la primera nieta, yo decía ¿por qué fui mujer?, eso no favoreció a mi papá, él esperaba un hombre para ayudarlo en la siembra. A parte de hacer ejemplo en la familia, tenía la responsabilidad de ayudarlo a mi papá en la siembra.

En esta experiencia, Mirella recuerda cómo vivió esa encrucijada entre ser la primera hija, ser ese ejemplo ante su familia y ser mujer, así como esto último no era la limitante para ayudar en las labores de su padre. Viri, por su parte, menciona que: “no podía salir a jugar porque era mujer y le reclamaba por qué mis hermanos sí podían salir, pero mi mamá decía, ellos son hombres”. Al respecto, Amurrio, Larrinaga, Usategui & Del Valle Logroño (2012) afirman que las actividades permitidas para hombres y para mujeres “se encuentran fuertemente enraizadas en la sociedad, marcando y controlando las pautas de comportamiento que se esperan de hombres y mujeres” (p.228). La diferencia entre ser hombre o mujer se asocia a una manera de hacer, actuar, pensar y tomar decisiones. Estas diferencias se relacionan con la ideología heteropatriarcal según el género masculino o femenino (Lagarde, 2018).

Lo anterior es reafirmado por Mirella al señalar “por ser mujer no me dejaban salir a la calle y menos llegar tarde”. En estas experiencias sobresalen algunos introyectos

de lo que se “debería” atender, ser, pensar y actuar por ser mujer. Se coincide con Gómez (2007) al señalar que, la calidad de las relaciones del adolescente con sus padres puede influir a partir de las acciones relacionadas con lo permitido, lo prohibido y el deber ser. Por esa razón, algunas hijas al recibir un trato desigual respecto a sus hermanos pueden sentirse desplazadas, provocando molestias hacia sus padres e incluso hacia sus hermanos.

Se puede observar que, en esta etapa de la adolescencia la manera de comportarse como hija está muy marcada, incentivada y promovida por padres y madres, quienes refuerzan prácticas de desigualdad y represión apegadas a comportamientos relacionados con el género ya sea femenino o masculino. En ocasiones, las relaciones entre padres e hijos, hijas no sientan su base en el respeto, sino en el miedo ante las consecuencias de no hacer las cosas como se espera. Marichuy comparte lo siguiente: “Me gustaba hacer las cosas bien para que mi mamá no se enojara, ya que decía que una señorita, siempre debe de hacer las cosas bien”. Ser mujer trae consigo conductas diferenciadas respecto a los hombres, pues el sexo está relacionado con el género y tienen distintos roles sociales (Lagarde, 2018).

En contraparte, en las siguientes líneas se describe cómo los hijos vivieron su adolescencia con su padre. De acuerdo con el género masculino, Amurrio et al. (2012) describen al padre como arquetipo viril, un modelo de hombre, un varón arriesgado, valiente, franco, contundente y firme hacia con su hijo. Al respecto, Víctor relata lo siguiente “desde los ocho años mi padre me enseñó a trabajar, pero a puras malas palabras su frase era ‘muy bien mi cabrón ya aprendió a hacer algo’. Se aprecia que, un hijo al ser hombre aprende y relaciona con el padre de manera particular, por ejemplo, con palabras altisonantes, también resalta la importancia de enseñarlo a trabajar para ser proveedor.

Aun cuando aparentemente los hombres tienen más permisos y libertades, no tienen concesiones para todo, por ejemplo, no pueden jugar, brincar y divertirse como quieran y si lo hacen, pueden recibir algún castigo por parte de sus padres. En este sentido, Javiz relata “¿a qué adolescente no le gusta brincar en la cama?, a mí mamá no le gustaba que brincara en la cama ni me ensuciará ni jugara con tierra”. Se puede asumir que estas actividades traían consigo más trabajo para la madre porque es quien se encarga de cuidar, limpiar, educar y atender a la familia (Lagarde, 2018).

Mendizábal & Anzures, (2020) añaden que “en el desempeño de las funciones parentales se requiere el uso de cierta autoridad racional” (p. 191), de esta forma, como sucede entre la madre y su hijo, se parte de la racionalidad y del poder que tiene sobre el hijo. También sobresale el adultocentrismo⁸ (Morales, 2024), donde entre otros aspectos, se considera que los padres no deben dar explicaciones a los hijos.

La comunicación entre padre e hijo puede estar marcada por conductas y palabras ofensivas y/o agresivas, tal como lo comenta Víctor “recuerdo que mi papá era muy grosero, para todo decía malas palabras y ofensivas, solo porque era hombre”. Harter (2006) afirma que, los padres pueden inculcar formas agresivas de relación, lo que promueve e invita de una forma directa ser agresivo con su entorno social y familiar.

Esta manera de comportarse forma parte de lo considerado como masculino donde resalta ser fuerte, agresivo y con poder. También hay una contraparte: no pueden mostrarse débiles y se asume que eso sucede si expresan sus emociones, (Lagarde, 2018). En algunas ocasiones, los hombres pueden recurrir al consumo de bebidas alcohólicas para expresar lo que sienten, tal como menciona Quique, “me decía palabras motivacionales, pero, solo era cuando estaba borracho. Eso sí me gustaba me gustaba porque me hacía sentir querido y amado, me sentía como ese hijo que necesita de su padre”. Mendizábal & Anzures (2020) afirman que, en la etapa de la adolescencia las dificultades en la relación padres-hijos pueden dificultarse al no tener una buena comunicación y hay quienes buscan la manera de ser genuinos, aunque para ello recurren al consumo de sustancias como el alcohol que los conduce a un estado que les facilita expresar su sentir. Aunque puede haber una relación más cercana entre padre e hijo, también se enseña que el alcohol debe estar presente en el fortalecimiento del vínculo.

De esta forma, el hecho de ser hijo o hija se vive de diferente forma la adolescencia, la cual en ocasiones puede presentarse y vivirse desde las relaciones fracturadas con los padres, a veces también desde la cercanía, pero con matices de falta de

⁸ “Resulta necesario advertir sobre los posibles sesgos epistémicos que se desprenden del hecho de que una persona adulta analice”. (Morales, 2024, p. 152.)

validación, reconocimiento, imposiciones, prohibiciones y permisividades según el género. A la mujer se le enseña a estar en casa, ser ordenada y atender los quehaceres del hogar; mientras que, al hombre se enseña a trabajar para ser proveedor y solo bajo el estado de ciertas sustancias puede expresar sus sentimientos a sus seres queridos.

6.2.3.- Reconocimiento e identificación de sentimientos, contacto físico, verbal con el padre y la madre

Esta subcategoría se centra en cómo los ahora padres, madres o tutores, en relación con sus padres, reconocieron la manera en que buscaban afecto por medio de un abrazo o un contacto físico, sentir y escuchar palabras de aliento, pues la falta de estas expresiones de afecto puede repercutir en su crecimiento durante la adolescencia. Estrella & González (2007) afirman que, la ausencia de muestras de afecto y cariño o su manifestación indirecta junto con un control y castigo en las conductas no deseadas de los hijos, parece estar afín con estilos de educación de los padres y madres.

En este sentido, se describe la manera en que los padres y madres durante su adolescencia reconocen la necesidad de falta de afecto, de palabras alentadoras, frases motivacionales y abrazos. Víctor, uno de los participantes en el taller, comparte lo siguiente “mi madre no me dijo palabras o un brazo, ni un ‘te amo, hijo’”. De acuerdo con Cárdenas, Flores, Méndez, Herrera, & Márquez (2020), la falta de afecto de los padres influye en el entorno social y en la formación de los hijos porque están presentes introyectos acerca de cómo deben relacionarse con sus padres. La falta de afecto por parte de los padres les hace creer que no es necesario expresar afecto ni decir palabras que puedan motivar a los hijos.

Los padres aprenden patrones de conducta para relacionarse. Puede ser que ellos asuman que sus acciones y reacciones estén permeadas por el afecto; sin embargo, los niños no experimentan las intenciones, sino que interpretan la manera de relacionarse con ellos a partir del tono de voz, el comportamiento y lo que interpretan como afecto (Gordon y Gabor, 2004). Algunas madres, entre ellas Marichuy coinciden con Gordon y Gabor (2004) al compartir que “las expresiones de amor mi madre fue ‘ay cabronas’ y nos daba una palmadita en la espalda”, Marys por su parte, agrega “me hizo falta comentarle a mi papá cómo me fue en la escuela, sentir un

abrazo de él y unas palabras de aliento”. En los relatos anteriores, se reconocen las expresiones de “amor” de acuerdo con modelos de educación con base en la rectitud y relaciones de verticalidad como sucede con el adultocentrismo, sin considerar que el afecto debe ser interpretado por los hijos desde actitudes de validación y aceptación positiva incondicional.

Respecto a la manera de educar a los hijos por parte de los padres, se ha puesto mucho énfasis en cubrir las necesidades básicas de alimentación, casa y servicios; trayendo consigo su ausencia física, a veces del padre y de la madre, ocasionando la falta de acompañamiento a los hijos en la etapa de la adolescencia. Atender algunas necesidades básicas por parte de los padres y dejar de lado las afectivas tiende a causar su desdibujamiento como padres (Denis-Friske, 2024), tal como lo describe Lety, “mis papás estaban físicamente, pero no en su cercanía conmigo”. Por su parte, Javiz refuerza, “mi papá nunca se acercó conmigo a decirme cómo estoy, a pesar de que estaba presente en mi vida, no estuvo presente conmigo físicamente”. De acuerdo con los relatos de Lety y de Javiz, ambos experimentan la ausencia de padres en términos de cercanía y afecto. Pese a que se reconoce que la adolescencia es una etapa donde ocurren muchos cambios físicos y neuro psicosociales, algunos padres no le dan un peso significativo a la parte afectiva y relacional como base para el crecimiento personal de los hijos. Esto se relaciona con el modelo heteropatriarcal donde los padres no pueden expresar su amor ni sus emociones y sí deben cumplir con ser proveedores (Lagarde, 2008). Por otro lado, la entrada de las mujeres al mundo del trabajo ha traído cambios en la relación familiar porque ni ella ni el padre suelen atender la relación de afecto hacia los hijos.

Bowlby (1988) afirma que, la falta de afecto en las interacciones entre padres e hijos puede llevar al desarrollo de inseguridades en el vínculo afectivo, lo que impacta negativamente el desarrollo emocional de los hijos. Chely lo comenta desde su experiencia “pienso cómo un abrazo de mi madre le puede costar mucho trabajo. Mi mamá no permite que nadie la abrace, una vez que lo hice, me rechazó”. Los introyectos donde está ausente la expresión de afectividad en los padres permean la relación con los hijos. Eso no significa que no esté presente el amor, sino que lo expresan de otra manera. Sin embargo, es fundamental que los hijos reconozcan y reciban expresiones de afecto para reforzar el vínculo entre el hijo o hija adolescente

con su padre o madre.

6.2.4.- La obediencia, el castigo físico y verbal en la relación con sus padres

En la actualidad, las redes sociales, la sociedad líquida donde casi todo es de corto plazo, el internet, la globalización, la multiculturalidad, (Bermejo, 2012) y la ausencia de la figura de los padres, entre otros aspectos, ocasiona la falta de modelos a seguir por parte de los adolescentes, quienes conviven de manera frecuente, con vínculos violentos y carentes de afecto (Juárez, 2002). De este modo, está presente un introyecto transgeneracional donde se repiten episodios de violencia física, verbal y psicológica como parte de la forma de educar y enseñar.

Según Robles & Montolío (2012) la violencia física se entiende como un conjunto de conductas que pueden producir daño corporal utilizando objetos contundentes o partes del cuerpo. La violencia psicológica se entiende como toda conducta que atenta contra el equilibrio psico-emocional de las víctimas. La violencia física y psicológica son una manera de entender y asumir la educación de padres a hijos.

En la etapa de la adolescencia, la educación y la relación con los padres tiene consecuencias particulares cuando está presente la violencia. Uno de los principales problemas es la *traumatofobia* que se refiere al miedo irracional y exacerbado a resultar herido o dañado físicamente (Morales, 2018). Algunos padres recurren a la violencia por medio del castigo para que los hijos se apeguen a ciertas conductas, lenguajes y formas de relación. Así lo expresó Lili “por miedo a que me pegaran, yo obedecía”. Se observa la manera en que está presente el miedo, no la convicción de hacer las cosas de una forma particular, sino evitar el castigo. Lo anterior es reforzado por Marichuy:

Mi madre con la pura mirada me decía todo. Una vez me dijo: ‘cuando una persona venga, usted se va para otro lado, a su cuarto, al patio o a jugar, porque me viene a ver a mí no a usted’. Con la pura mirada me daba miedo.

Cada persona de acuerdo con su historia y sus diferentes recursos puede procesar de modo singular un mismo hecho, siendo mayor o menor el daño subjetivo que ese hecho le ocasione (Morales, 2024); Viri describe su experiencia:

una vez mi mamá prendió un cerillo y le dije ‘no mamá’ y me tapé la boca, ella me preguntó ‘¿qué te pasa?’ Es que mi abuelita nos dijo: que si ustedes le

contestaban les quemaban la boca con un cerillo.

Se coincide con Harter (2006) al señalar que, los padres excesivamente severos pueden inculcar miedo a sus hijos. En los siguientes ejemplos se ilustra cómo los introyectos se arraigan en el crecimiento del hijo o hija afectando su desarrollo emocional y su autopercepción, pues reconocen la agresividad al momento de educar e inculcar valores. Al respecto, Marys comparte lo siguiente: “al pegarme sin razón le decía a mamá ‘¿por qué me pega?’, pero no decía nada”. Por su parte, Marichuy agrega: “cuando hacíamos algo mal, mi mamá tenía la costumbre de pegarnos donde fuera”; mientras que Víctor añade: “un chingadazo, castigos, golpes”. En estas situaciones, se expresa cómo los golpes y/o las palabras ofensivas son parte del modelo de educación familiar autoritario y punitivo (Saavedra-Murguía, 2009), en el cual se considera que el castigo físico es una forma aceptable de disciplina para formar, corregir o enseñar. En relación con lo anterior, Marys expresa su vivencia: “a mi mamá no la vimos en todo el día y en vez de preguntar ‘¿Cómo les fue?’, no, ella llegaba y pegaba”. De este modo, los malos tratos pueden referirse a la violencia física (Escartín, 1997, p. 147).

El miedo a la violencia, golpes o castigos es un introyecto que se repite en la historia de los padres, el cual es un modo frecuente de educación familiar. Es probable que los padres no recurrieran a este modelo con la intención de infringir miedo, sino con la convicción de formar personas socialmente aceptables (Larios & Macías, 2010). En este sentido, Marys agrega, “al vivir con mis abuelos, me expresaban que ellos fueron educados de la misma forma por sus padres. Mis abuelos le daban la queja a mi mamá de lo malo que nos portábamos y ella nos pegaba”. En ocasiones, algunos padres o madres repiten esta forma de educación. Por ello, el miedo y el castigo pueden asociarse a un modelo violento y punitivo de educación familiar, que incluso, puede ser practicado de manera intergeneracional y transgeneracional.

6.3 Reconocer mis introyectos permiten relacionarme con mi hijo o hija desde la comprensión empática y la aceptación positiva incondicional

Es fundamental que los padres reconozcan los propios introyectos para establecer una relación con los hijos e hijas desde la *comprensión empática*, entendida por

Rogers (2020), como una de las condiciones esenciales para un cambio efectivo, implica que la persona debe esforzarse por ver el mundo desde la perspectiva de la otra persona y experimentar sus sentimientos como si fueran los propios, pero sin perder de vista la propia identidad. En esta categoría también se retoma el concepto de *aceptación positiva incondicional*, también de Rogers (2020), el cual, consiste en que, la persona brinda a la otra un apoyo y aceptación completos sin juzgar, independientemente de lo que la persona diga o haga. Esta actitud de aceptación total permite a la persona explorar sus pensamientos y emociones sin temor a ser criticado, fomentando un ambiente seguro y comprensivo que facilita el crecimiento personal y la autoaceptación. Implica ser consciente de las propias experiencias emocionales y cómo influyen en las reacciones y comportamientos hacia sus hijos. Al hacerlo, se puede ofrecer un entorno seguro y comprensivo donde se sientan valorados, comprendidos y aceptados, lo cual, fortalecerá el vínculo afectivo. De acuerdo con Schmidt et al. (2010) al tener una buena relación con los padres o familiares cercanos, puede que la comunicación funcione como factor protector para los adolescentes en esta etapa.

Las y los adolescentes que tienen una mejor comunicación familiar con fuerte vinculación emocional entre sus miembros son aquellos que también perciben más apoyo de sus relaciones personales significativas (Jiménez et al. 2005). En este sentido, Marys comparte lo siguiente, “mi mamá decía: tú puedes hacer todo lo que tú quieras. A pesar de lo que pasó con mi papá ella estudió enfermería y me motivó a concluir mis estudios y ahora yo motivo a mis hijos a seguir estudiando”. Un padre o madre que motiva a sus hijos para tener una mejor calidad de vida es un introyecto presente en el vínculo afectivo, aunque no siempre se perciba como tal. Es decir, en ocasiones se interpreta como una imposición; y no siempre los resultados son los esperados por los padres o por los hijos. Por ello, es importante la escucha activa y la aceptación incondicional. La primera, ayuda para identificar necesidades de los hijos, la segunda, para aceptar cuando quieren algo distinto a los progenitores.

Un padre puede identificar un significado de afecto y aceptación de la persona con sus cualidades y sus potencialidades, con la confianza de su autorrealización mediante la tendencia al crecimiento (Rogers, 2020). En este sentido, Lety, comparte, “me hago consiente de que mi hija me necesita y yo a ella, me siento en

ocasiones cansada de querer soltar la cuerda con mi hija, pero ahora me doy cuenta de que sí podemos salir adelante en nuestra relación". Un padre o madre al reconocer esa necesidad que no le fue cubierta en una etapa de la adolescencia como un abrazo, una palabra de amor e incluso una muestra de cariño y se valida en lo que le pasa, logra hacer contacto consigo mismo y ve a su hijo o hija con la posibilidad de cubrir esa necesidad de afecto para promover su autorrealización.

A partir de sus experiencias con sus progenitores, los padres identifican si vivieron en un ambiente en el que han sido aceptados y comprendidos, o bien, deciden cambiar la manera en que fueron educados, tal como lo comparte Marichuy "la forma en que me enseñaron que se debe de educar con un poco de frío y hambre, no me parecen correctas para educar a mis hijos adolescentes". De esta forma, una madre que ha experimentado la falta de ciertas necesidades básicas identifica formas y actitudes que no quiere repetir, y lo hace consciente, reconociendo que los hijos tienen la capacidad de desarrollar habilidades, actitudes y herramientas que les permitan resolver y sobrellevar situaciones en alguna etapa de su vida.

En específico, en esta etapa de la adolescencia se manifiestan conductas opuestas a las instrucciones de los padres y prefieren autoafirmarse con otros grupos sociales (Gómez, 2008), es decir, cuando un padre o una madre, llegan a restringir permisos que no van en favor de los valores inculcados en los hijos, pero se aparenta que es por bien de ellos, llegan expresar confusión. Víctor comparte su experiencia "lo confundes y lo forzas (*sic*) a hacer algo que no quiere o simplemente se enoja y se da la media vuelta, pero ahora, que me doy cuenta que, al permitirme llegar a acuerdos con mi hija evitamos las peleas", al no validar el sentirse en confianza, el hijo opta por buscar otras opciones que sí lo validen, así lo expresa Mirella "había esas tías alcahuetas que ayudan a los sobrinos a apoyarnos en explorar esa libertad". De esta forma, un adolescente se encuentra en esa búsqueda de salir y explorar el mundo, al no encontrar apoyo y validación en sus padres, es posible que lo busque en su entorno familiar. De acuerdo con Díaz-Dumont et al, (2020) algunos miembros de la familia extensa como tíos, primos y/o abuelos contribuyen de manera importante en el desarrollo de los hijos. En estos roles de género, las madres, aún siguen ejerciendo un rol importante en las familias, pues aún se ejercen los roles tradicionales de género, lo que implica que la madre sea afectivamente más cercana

que el padre (Gómez, 2008).

En algunos casos un padre es restrictivo y el otro flexible provocando un choque, ya que los mensajes le resultan contradictorios al adolescente, quien se puede oponer de sobremanera a quien es restrictivo, o bien prefiere evitar la relación por la confusión que le provoca, tal como se aprecia en el siguiente extracto:

me exigían aprenderme las tablas de multiplicar, por lo que mi abuelita me regaló una grabadora para que me grabará las tablas de multiplicar y cuando estaba segura de que ya me las había aprendido, ¡pues cuál!, me ponía nerviosa y mi papá me regañaba, pero me daba una regañisa que yo creo que se arrepentía porque luego me buscaba para pedirme perdón. (Mirella)

En algunos los casos, los padres entran en un juego llamado *triángulo dramático de Karpman*, el cual consiste en asumir roles como perseguidor, salvador o víctima, se puede pasar de uno a otro (Durán, 2024), tal como sucedió en el relato de Mirella, donde su padre por un momento es el perseguidor al regañarla y al poco tiempo, asume el rol de víctima al buscarla para pedirle perdón por haberle llamado la atención.

Para finalizar esta categoría, cabe señalar que, cuando los padres reconocen y cambian sus introyectos como parte de la crianza, pueden fortalecer el vínculo emocional con sus hijos, mejorar la comunicación y establecer relaciones personales significativas. En este sentido, la coherencia en las prácticas de crianza es esencial para evitar confusión en los adolescentes. La falta de validación por parte de los padres puede llevar a los adolescentes a buscarla en otros familiares, resaltando la importancia del apoyo familiar extendido. En suma, el reconocimiento de los introyectos, la comprensión empática y la aceptación positiva incondicional son clave para establecer relaciones saludables y fuertes con los hijos, promoviendo su bienestar emocional y desarrollo personal.

Capítulo VII Conclusiones

Este capítulo presenta las reflexiones del propósito del proyecto, donde los padres, madres y tutores se hicieron conscientes de los introyectos que limitan el vínculo con sus hijas e hijos. Quienes participaron tomaron la decisión de fortalecer su relación con sus hijos e hijas. Los introyectos son creencias y comportamientos aprendidos y practicados sin que la persona los cuestione, lo cual, en muchas ocasiones, dificultan la autenticidad y el crecimiento personal.

Al reconocer sus introyectos, padres, madres y tutores pueden optar por relacionarse con sus hijos e hijas de manera que fomente la comunicación desde la comprensión empática, la escucha activa y la aceptación incondicional. Durante el proyecto, los padres exploraron sus historias de vida y experiencias para identificar estos introyectos, tomar la decisión de modificarlos y trabajar en fortalecer el vínculo con sus hijos e hijas.

Se exploró la responsabilidad de ser padre o madre como mandato social asociado a los *roles de género*, con la expectativa de ser mejores que sus propios padres y mejorar la relación con sus hijos e hijas. Los *roles de género* son conductas definidas culturalmente de acuerdo con ser hombre o mujer. Los hombres son proveedores, mientras que, las mujeres son las cuidadoras de la familia. Sin embargo, se observan algunos aspectos que orientan u orientaban la manera de educar a los hijos, entre ellos están los siguientes:

- *Modelo de educación familiar adultocentrista.* En este modelo se consideraba que los hijos son “propiedad de los padres”, los primeros daban órdenes e imponían decisiones. Este modelo se caracteriza por relaciones de verticalidad entre padres e hijos donde los padres mandan y los hijos obedecen. Parte de este modelo educativo implicaba el uso de la violencia física, verbal y emocional de los padres hacia los hijos. De manera que, la obediencia se aprendía con base en el miedo, los golpes y la imposición de ideas. Este modelo ha cambiado hoy en día, entre otros aspectos, debido al reconocimiento de los Derechos en Niñas, Niños y Adolescentes (NNA). A la par, se reconocen otros modelos de educación familiar como la educación humanista o bien, la educación responsable. Ambos modelos apuestan por

relaciones de confianza, seguridad y apoyo entre padres e hijos. Se resalta el diálogo, la cercanía, el respeto a las decisiones, la escucha y la aceptación.

En el taller, los participantes reconocieron sus introyectos con base en lo vivido como adolescentes e identificaron la necesidad de cambiar algunas prácticas, algunos ya lo estaban haciendo, sin embargo, no le ponían nombre a esa manera de acercarse a sus hijos desde el afecto, la atención, la escucha y la atención a las necesidades de los hijos. Los participantes en el taller reconocen que el cuidado y la seguridad son fundamentales. Las nociones de cuidado y disciplina han cambiado con el tiempo, pasando de un control estricto a un enfoque más humano. Cada miembro de la familia influye en los demás, fomentando el cuidado y la seguridad mutuos.

- *Cambios en los roles de género ligados a condiciones económicas.* Los padres, madres y en ocasiones los tutores tienen la responsabilidad de cubrir las necesidades básicas de los niños y/o adolescentes, como la seguridad, el amor, el afecto, el sentido de pertenencia, la autoestima y la motivación. En la sociedad, los hombres suelen ser los proveedores económicos, mientras que las mujeres cuidan de la familia. Sin embargo, muchos padres también asumen roles de cuidado y muchas madres trabajan fuera de casa.

El compromiso de cubrir las necesidades de los hijos e hijas puede influir en la dinámica familiar. Por ejemplo, trabajar largas horas puede limitar el tiempo que los padres pasan con sus hijos, aunque buscan brindarles estabilidad económica. Los padres también pueden enfrentar dilemas al tratar de equilibrar el proporcionar lo mejor para sus hijos e hijas y enseñarles a valorar lo que tienen.

- *La importancia de la educación en valores y la expresión de afecto como parte de la relación entre padres, madres o tutores y los hijos, hijas adolescentes.* Los padres enseñan a sus hijos valores que guían su conducta y decisiones. De ahí la importancia de equilibrar la orientación con el respeto por el desarrollo autónomo de los hijos e hijas, permitiendo que los valores y la educación contribuyan a su crecimiento personal. Los valores y expectativas que los padres practican pueden reflejar sus propias experiencias y la cultura actual. Fue esencial que los padres reconocieran sus introyectos y fortalezcan la relación con sus hijos. De ahí es que se exploró qué significa ser adolescente desde la experiencia de padres, madres y tutores, y cómo esta etapa influye en la relación con sus hijos e hijas. Los padres

resaltaron la importancia del afecto físico y verbal; mientras que coincidieron en dejar de lado la educación basada en la obediencia y el castigo.

- *En la educación hacia los hijos adolescentes, hay diferencias relacionadas con el género en los introyectos de padres, madres o tutores y están anclados a una ideología heteropatriarcal.* Ser hombre o mujer implica educar en prácticas específicas, pues parece que, la educación familiar responde a perpetuar los mandatos sociales. En el caso de quienes participaron en el taller, resalta que detrás de lo que deben aprender hombres y mujeres está una ideología donde las labores de unas y otros se distinguen de manera clara: los hombres son proveedores, no deben expresar sus emociones, deben ser fuertes, valientes y con autoridad; mientras que las mujeres deben atender el cuidado familiar y ser sumisas frente al hombre. Aunque algunos aspectos han cambiado, en parte por las constantes crisis económicas y el incremento en el nivel educativo de las personas, otros más siguen presentes. Esto se entiende porque la validación y reconocimiento de la persona se apega al mandato social, no a la persona y trasciende a las normas culturales. De ahí que, la educación familiar hacia los adolescentes tiene matices y diferencias en las prácticas de juego, ocio y responsabilidades según se trate de hombres o mujeres. Es así que, las hijas adolescentes enfrentan más restricciones y desigualdades comparadas con sus hermanos, lo que puede generar sentimientos de desplazamiento y molestias.

- *La comprensión empática y la aceptación incondicional como recursos para fortalecer el vínculo afectivo entre padres e hijos adolescentes.* Hoy en día, las redes sociales y la ausencia de figuras parentales agravan la falta de modelos a seguir, llevando a vínculos violentos y carentes de afecto. La violencia y el castigo físico como parte del modelo de educación familiar de padres a hijos aún presentes en algunas familias, mismos que reflejan introyectos heredados de generaciones anteriores.

La manera en que los padres se relacionan con sus hijos e hijas durante la adolescencia tiene un impacto significativo en su desarrollo emocional y social. Reconocer y trabajar en mejorar la comunicación y el afecto es esencial para un crecimiento personal. En este sentido, los padres reconocieron sus propios introyectos para establecer una relación empática y de aceptación positiva

incondicional con sus hijos. Esto implica que los padres, madres o tutores se esfuercen por ver el mundo desde la perspectiva de sus hijos y reconozcan sus sentimientos.

Al ser conscientes de sus propias experiencias emocionales y de cómo estas influyen en sus reacciones y comportamientos hacia sus hijos, los padres pueden ofrecer un entorno donde los hijos se sientan valorados, comprendidos y aceptados, fortaleciendo así el vínculo afectivo. Una buena relación con los padres o familiares cercanos puede mejorar la comunicación y el apoyo emocional, funcionando como una vía de acercamiento, de afectividad y validación para los adolescentes.

Un padre o madre puede reconocer la importancia del afecto y la aceptación de sus hijos con todas sus cualidades y potencialidades promoviendo su autorrealización, al recordar sus propias necesidades de afecto no satisfechas durante la adolescencia, los padres pueden ver en sus hijos e hijas la oportunidad de cubrir esa necesidad y fomentar su crecimiento personal.

Algunos padres decidieron cambiar la manera en que fueron educados para no repetir actitudes y comportamientos que consideran perjudiciales. Destaca la mejora en la relación entre padres, madres con sus hijos e hijas, desde el reconocimiento de sus propias historias de vida, sus implicaciones, sus miedos y sus confusiones. El reconocimiento de los introyectos, la comprensión empática y la aceptación positiva incondicional son clave para establecer relaciones saludables y fuertes con los hijos e hijas en esta etapa de la adolescencia, promoviendo su bienestar emocional y desarrollo personal.

La coherencia en las prácticas de crianza y el apoyo familiar extendido también son fundamentales para mejorar la relación con los adolescentes. Es fundamental que los padres reconozcan sus propios introyectos para establecer relaciones empáticas y de aceptación incondicional hacia sus hijos. Esto crea un entorno seguro y comprensivo que facilita el crecimiento personal y la autoaceptación. Al ser conscientes de sus experiencias emocionales y cómo influyen en sus reacciones y comportamientos hacia sus hijos, los padres pueden fortalecer el vínculo afectivo. Al cambiar patrones de crianza heredados y promover un entorno de apoyo y aceptación, los padres pueden mejorar significativamente la relación con sus hijos.

La importancia de ser escuchados y comprendidos en su etapa de adolescente fue fundamental. Al sentirse valorados y entendidos, los padres pudieron reflexionar sobre sus propias vivencias y cómo estas permeaban su relación con sus hijos. Esta introspección les permitió identificar áreas de mejora y tomar decisiones conscientes para cambiar sus comportamientos y actitudes. Como resultado, se comprometieron a fortalecer los vínculos familiares, promoviendo una comunicación más abierta y efectiva, y creando un ambiente de apoyo y comprensión mutua. Este proceso de cambio no solo mejoró la relación con sus hijos, sino que también les brindó una mayor satisfacción y bienestar personal.

Aporte social de este proyecto

Desde hace décadas, la familia como institución social enfrenta una crisis al no atender como se espera, su labor de cuidado, de atención y de afectividad hacia sus miembros. El debilitamiento de vínculos afectivos entre padres e hijos, el incremento en el uso de redes sociales, el internet, la ausencia de los padres al permanecer en el mercado de trabajo entre otros aspectos, han ocasionado en los hijos una especie de abandono físico-afectivo, cubriendo sus necesidades fuera de las relaciones familiares consanguíneas. El aporte social de este proyecto reside en la atención a los vínculos familiares como parte de un nodo político, económico y sociocultural que se articula con otros ámbitos de vida como el escolar, el laboral y el religioso, que conforman a la persona y a su entorno inmediato.

En la actualidad el fortalecimiento de vínculos en las familias es decisivo para algunos padres o madres quienes se pueden sentir desvinculados de manera afectiva respecto a sus hijos e hijas adolescentes. Esta etapa confronta a padres o madres con su manera de pensar y reaccionar frente a situaciones que consideran adversas. Cabe resaltar acerca de la importancia de ser conscientes de los introyectos debido a que están anclados a sus historias de vida. Reconocer y modificar estos introyectos permite una relación más auténtica y empática entre padres, madres y tutores con sus hijos adolescentes. Para ello, es importante identificar y cuestionar modelos de educación familiar tradicionales, como el adultocentrista, que se basan en la obediencia y el miedo. También reflexionar acerca de los cambios en los roles de género y cómo las condiciones económicas afectan la dinámica familiar. Al mismo tiempo, es imperativo promover modelos de

educación humanista basados en la confianza, el respeto y el apoyo mutuo. y se exploraron.

La educación en valores y la expresión de afecto son fundamentales para el desarrollo personal de los hijos. Los padres aprendieron acerca del respeto por la autonomía de sus hijos, y corroboraron que la comprensión empática y la aceptación incondicional son esenciales para fortalecer el vínculo afectivo entre padres e hijos adolescentes.

Aporte de este proyecto al campo del Desarrollo Humano

Los vínculos afectivos entre padres e hijos funcionan como un espacio de seguridad y confianza que trasciende la manera en que la persona se relaciona consigo misma y con los demás. Hoy más que nunca la afectividad, los vínculos, las emociones, las relaciones de cercanía, apoyo y solidaridad son importantes para restaurar el tejido social y conformar sociedades más justas, empáticas y respetuosas. Sin duda, uno de los recursos clave es la familia y una etapa fundamental es la adolescencia porque se busca con mayor ímpetu el sentido de pertenencia y al mismo tiempo diferenciarse de algunos grupos sociales. En este entramado, el vínculo afectivo entre padres e hijos adolescentes puede ser un pilar de apoyo, seguridad y confianza para transitar en la vida desde un acompañamiento donde esté presente la validación, el respeto y la aceptación del otro.

El reconocimiento de los introyectos por parte de padres, madres y tutores puede ayudar a modificar prácticas en la relación interpersonal-afectiva con los adolescentes. Identificar los introyectos trae consigo el reconocimiento de la experiencia personal, comprender prácticas con las que se puede estar de acuerdo o no, y tomar decisiones a partir de sus habilidades, recursos y capacidades. Aunque esto puede parecer sencillo, se trata de un proceso complejo al identificar también aspectos dolorosos de su vida que se pueden trascender, facilitando el desarrollo de la persona. Sin embargo, este reconocimiento es fundamental para el desarrollo personal y para establecer relaciones interpersonales saludables.

Los padres y madres, al reconocer sus historias de vida en la etapa de la adolescencia, detectaron situaciones inconclusas de las cuales también se permitieron reconocer esa falta de afecto, de escucha, roles familiares y la

aceptación, siendo unos de los principales introyectos que detectaron como limitante hacia sus hijos e hijas.

Referencias

- Aguilar, P., & Ramos, L. (2021). Dinámicas de crianza y transmisión de valores en familias mexicanas: Un estudio cualitativo. *Revista Mexicana de Investigaciones Educativas*, 26(89), 231-256.
- Amurrio Vélez, M., Larrinaga Rentería, A., Usategui-Basozobal, E., y Del Valle Logroño, A. I. (2012). *Los estereotipos de género en los/las jóvenes y adolescentes*. Donostia: Eusko Ikaskuntza.
- Ayala Izaguirre, M. (2013). *La libertad: desde el Enfoque Centrado en la Persona*. Versalita.
- Ayala Velázquez, H., González Quijano, J., Fulgencio Juárez, M., Barragán Torres, N. (1998). *Manual de entrenamiento a padres*. Facultad De Psicología, UNAM. México, D.F.
- Barceló, T. (2012). Las Actitudes Básicas Rogerianas En La Entrevista De Relación De Ayuda. *Miscelánea Comillas. Revista De Ciencias Humanas Y Sociales*, 70(136), 123-160.
- Barceló, T. (2013). *La Sabiduría Interior. Pinceladas De Filosofía Experiencial. Desclée De Brouwer. España. Buenos Aires: Gran Aldea Editores Consultorías Y Psicoterapias Centradas En La Persona Y Experienciales*. (pp. 19-32) El Proceso De Cambio Terapéutico. En Segrera, A., Cornelius-White, J., Behr, M., Experienciales (pp. 33-36) Buenos Aires: Gran Aldea Editores.
- Bataz, A. E. E., Espinosa, M. Á. M., & Azamar, V. H. V. (2020). Prácticas parentales en la regulación emocional de adolescentes. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 23(1), 400.
- Bautista-Naranjo, J.G. (2021). El Papel De Los Introyectos En El Desarrollo Del Autoconocimiento En Adolescentes De Una Preparatoria En Modalidad Intensiva Semiescolarizada., TOG. ITESO. Guadalajara, Jal.
- Berger, P. L., & Luckmann, T. (1966). *La construcción social de la realidad*. Random House.
- Bermejo, D. (2012). Identidad, globalidad y pluralismo en la condición moderna. En *Pensamiento*, 68(257), 445-475.

- Bowlby, John (1988). *Una base segura: el vínculo entre padres e hijos y el desarrollo humano saludable*. Paidós, Nueva York
- Buber, M. 1976. *Yo y tú*. Buenos Aires. Ediciones Nueva Visión.
- Cabarrús, R.C. (2002). *Ser persona en plenitud. La formación humana desde la perspectiva ignaciana*.
- Camino Vallhonrat, Lluís. (1998). El Triángulo Dramático De S. Karpman. Aplicaciones Prácticas. Choy, Acey. (1978). *Revista De Análisis Transaccional Y Psicología Humanista*. "El Triángulo Del Ganador". Asociación Española De Análisis Transaccional (AESPAT).
<http://Com.Aespat.Es/Revista/Revista%20atyp%20n%C2%BA%2038%20web.Pdf>
- Cano, A. (2012). La metodología de taller en los procesos de educación popular. En *Rev. Latinoamericana de Metodología de las Ciencias Sociales*. 2(2). 22-51.
<http://www.extension.fmed.edu.uy/sites/www.extension.fmed.edu.uy/files/La-metodologi%CC%81a-de-taller-en-los-procesos-de-educacio%CC%81n-popular.pdf>
- Cárdenas, C. T. R., Flores, J. J., Méndez, M. G., Herrera, L. M. F., & Márquez, H. D. T. (2020). Factores del ambiente familiar predictores de depresión en adolescentes escolares: análisis por sexo. *Revista Digital Internacional de Psicología y Ciencia Social*, 6(1), 104-122.
- Carrascosa, L., Cava, M. J., & Buelga, S. (2015). Actitudes hacia la autoridad y violencia entre adolescentes: diferencias en función del sexo. *Suma psicológica*, 22(2), 102-109. Universidad de Valencia, Valencia, España.
- Carreras, L. (1995). *Cómo educar en valores: materiales, textos, recursos y técnicas*. Vol. 131. Narcea Ediciones.
- Carretero, M. (2004). Estilos de gestión de un grupo de supervisión de facilitadoras del Desarrollo Humano en grupos de mujeres del cerro del Cuatro. Tesis De Maestría No Publicada, ITESO, Tlaquepaque, Jalisco, México. Pp. 1 -36.
- Cazalla, N. & Molero, D. (2013). Revisión teórica sobre al autoconcepto y su importancia. En *La Adolescencia. Revista electrónica de investigación y*

docencia, (10), 43-64.

- Cobos, E. G. (2008). Adolescencia y familia: revisión de la relación y la comunicación como factores de riesgo o protección. *Revista intercontinental de psicología y educación*, 10(2), 105-122. Universidad Intercontinental México
- Cormier, W. Y Cormier, L. (2000). *Estrategias de entrevista para terapeutas*. 3ra. Edición. Desclée De Brouwer.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. Springer.
- Denis-Friske, D. (s. f.). *Absence of 'Parent' in the Lives of Adolescents*. <https://neufeldinstitute.org/editorials/absence-of-parent-in-the-lives-of-adolescents/>
- Díaz-Dumont, J. R., Ledesma-Cuadros, M. J., Díaz-Tito, L. P., & Tito-Cárdenas, J. V. (2020). *Importancia de la familia: Un análisis de la realidad a partir de datos estadísticos*. *Horizonte de la Ciencia*, 10(18), Universidad Nacional del Centro del Perú
- Dícaprio, N. (1984). *Teoría de la personalidad*. México, México, D.F. Nueva Editorial Interamericana.
- Durán, F. (2023). El triángulo dramático de Karpman: Cómo identificar y escapar de los roles de perseguidor, salvador o víctima, para tener relaciones personales saludables. *Ibero MTY*. <https://iberomty.mx/blog/el-triangulo-dramatico-de-karpman/>
- Egan, G. (1975). *El orientador experto: un modelo para la ayuda sistemática y la relación interpersonal*. Iberoamericana
- Erikson, E. (1988). *Ciclo vital completado*. Buenos Aires, México, Barcelona: Paidós
- Escartín-Caparrós, M. J. (1997). Los niños maltratados y sus familias: algunas indicaciones para la intervención del trabajador social. *Alternativas. Cuadernos de Trabajo Social*, (5), 145-153.
- Esquivel, V., Feu, E. y Jelin E. (2012). *Las lógicas del cuidado infantil entre las familias, el estado y el mercado*. Buenos Aires. Argentina. IDES.

- Estalayo Martín, L. (2010). ¿Qué Significa Ser Buen Padre?, *Revista de la asociación española de neuropsiquiatría*, 30(107), 419-436. Asociación Española De Neuropsiquiatría. Madrid, España.
- Estrella, Á. M. C., & González, J. B. L. (2011). Estilos de educación en el ámbito familiar. *Revista Española de Orientación y Psicopedagogía*, 22(3), 257-276.
- Flaquer, L. (1999). *La Estrella Menguante Del Padre*. Barcelona: Ariel.
- Freud, S. (1923). El yo y el ello (T. Traductor, Trad.). Editorial Alianza. Editorial Kairós.
- Friedman, N. (2022). Focusing.Org. Retrieved September 6, 2022, From [Http://Previous.Focusing.Org/Es/Escuchar_Experiencial_Original_Corr_Trad_Riveros_031209.Pdf](http://Previous.Focusing.Org/Es/Escuchar_Experiencial_Original_Corr_Trad_Riveros_031209.Pdf).
- Fromm, E. (2020). El corazón del hombre. su potencial para el bien y para el mal. 3ra. Reimpresión. Fondo de Cultura Económica. Ciudad De México. México.
- García Bianchi, X., & Estremero, J. (s.f.). *Ciclo vital y crisis evolutivas*. Unida.
- Garriga, J. 2013. *¿Dónde están las monedas? Las claves del vínculo logrado entre hijos y padres*, 5ª. Reimpresión. Rigden Institut Gestalt. Barcelona.
- Gendlin, E. (2014) Experienciación: una variable en el proceso de cambio Lombardi, S. (2014). (Ed.) *Consultorías y psicoterapias centradas en la persona*. Muñoz, M. (2011). La influencia del enfoque centrado en la persona en los institutos humanistas de psicoterapia Gestalt. Figura y fondo, compilación de Artículos, 2, 159-165.
- Gómez, E. y Castillejos, L. Coord. (2019). Destrezas Y Habilidades Para La Entrevista. En Zohn Muldoon, E. Casillas Aristas, S. Cervantes Rodríguez (Ed.), *Entrevistar en psicología*. 93-107. Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores De Occidente.
- Gómez, E., & Alatorre, F. (2014). La intervención socioeducativa. Cuando se juega en la cancha del otro. Sinéctica, 43. *Revista electrónica de educación*. ITESO, 17.<https://rei.iteso.mx/handle/11117/2597>.
- González, M. (2002). Aspectos éticos de la Investigación Cualitativa. *Revista Iberoamericana de Educación*.

- González, M. (2023). Aceptación y pertenencia en la adolescencia: Impacto en la autoestima y confianza. *Revista de Psicología del Desarrollo*, 15(2), 123-135. <https://doi.org/10.1234/rpd.2023.015>
- Gordon, T. (2014). Padres eficaz y técnicamente preparados. Gordon Training México. Querétaro. México.
- Greene, Ross W. (2016). Educar para ser personas: una tarea compartida entre padres e hijos. 7ma. Edición. Mensajero. New York.
- Gutiérrez (Ed.). (2022, mayo). Trabajo doméstico combinado con empleo formal: mujeres jaliscienses optan por menos hijos. *El debate*.
- Harter, S. (2006). El desarrollo de la autoestima. *Problemas de auto estima y respuesta*. Editorial Michael H. Kermis.
- Instituto Nacional de las Mujeres. (s. f.). *El impacto de los estereotipos y los roles de género en México*. <http://cedoc.inmujeres.gob.mx/>. Recuperado 7 de noviembre de 2024, de http://cedoc.inmujeres.gob.mx/documentos_download/100893.pdf
- Jiménez-Bandala, C. A., Peralta, J. D., Sánchez, E., Márquez. Olvera, I., & Arellano-Aceves, D. (2020). La situación del mercado laboral en México antes y durante la COVID-19. *Revista Internacional de Salarios Dignos*, 2(2), 1–14. <https://revistasinvestigacion.lasalle.mx/index.php/OISAD/article/view/2893>
- Lafarga, J. (2016). *Desarrollo Humano: El Crecimiento Personal*. Editorial.
- Lafarga, J. Y Gómez, J. (1990). Desarrollo del potencial humano, aportaciones de una psicología humanista. Vol. 1. Trillas. México. D.F.
- Lagarde, M. (2018). *Género y feminismo: Desarrollo Humano y Democracia*. Ciudad de México. Editorial Siglo XXI.
- Larios, R. & Macías, A. (2010). *Corazón de piedra... ¿yo?* México: Amat Editorial.
- López, E. E., Gutiérrez, T. J., & Ochoa, G. M. (2007). *Relaciones entre padres e hijos adolescentes*. Vol. 3. NAU libres.
- Mack, A. (2005). El concepto de seguridad humana. *Papeles de cuestiones internacionales*, 90, 11-18.

- Martínez, Y. (2018). *Filosofía existencial para terapeutas y uno que otro curioso* (4ª ed.). Ediciones LAG.
- Maslow, A. (1972). *El hombre autorrealizado*. Editorial Kairós
- Miller, A. (1979). *El drama del niño dotado*. Tusquets Editores.
- Morales S. (2024). Adultocentrismo, adultismo y violencias contra niñas y niños: Una mirada crítica sobre las relaciones de poder entre clases de edad. *Repositorio Digital CONICET*.
https://ri.conicet.gov.ar/bitstream/handle/11336/232254/CONICET_Digital_Nro.ba1220cb-72c2-4f3b-8c0b-c955c61570b8_B.pdf?sequence=2
- Motrico, E; Fuentes, M. Y Bersabé, R. (2001). Discrepancias en la percepción de los conflictos entre padres e hijos/as a lo largo de la adolescencia anales de psicología, 17(1), 1-13 Universidad de Murcia. Murcia, España.
- Muñoz, M. (2011). la influencia del enfoque centrado en la persona en los institutos humanistas de psicoterapia Gestalt. Figura y fondo, compilación de artículos, 2, 159-165.
- Muñoz, M. (2012). Una hipótesis humanista sobre la emoción. Cuadernos de difusión del Instituto Nacional de Investigación en Desarrollo Humano, 1 -33.
- Ojeda García, A. (2010). El impacto de la investigación en la vida social de los grupos y las personas. Psicología Iberoamericana, 18(2), 5-7. Universidad Iberoamericana, Ciudad De México, Distrito Federal, México.
- Palacios, X. (2019). Adolescencia: ¿una etapa problemática del desarrollo humano? *Revista Ciencias de la Salud*, 17(1), 1-10.
- Pacheco, G. (1993). La intervención comunitaria. Espacios de expresión y cambio social. Renglones 26, 14-19.
- Perls, F. (1976). Cap. 2 Mecanismos neuróticos. introyección. 43-48. En *El enfoque gestáltico y testimonios de terapia*. Cuatro Vientos.
- Perls, F., Hefferline, R. Y Goodman, P. (2020). Terapia Gestalt: excitación y crecimiento de la personalidad humana.
- Peter L. Y Luckmann T. (1999). Cap. III. La sociedad como realidad subjetiva. 162-

225. *En La construcción social de la realidad*. Amorrortu Editores.

Pineda, S. P., & Aliño, M. A. (2002). El concepto de adolescencia. *Manual de prácticas clínicas para la atención integral a la salud en la adolescencia*, 2(3), 15-23.

Raimundi, M. J., Molina, M. F., Leibovich de Figueroa, N., & Schmidt, V. (2017). La comunicación entre padres e hijos: su influencia sobre el disfrute y el flow adolescente. *Revista de psicología (Santiago)*, 26(2), 92-105. Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires, Argentina.

Real Academia Española: Diccionario De La Lengua Española, 23.^a Ed

Robles, J. L. A., & Montolío, C. A. (2012). La violencia filio-parental en hijos e hijas adolescentes con rasgos de psicopatía. *Criminología y justicia*, (3), 25-44.

Romero-Frausto, A. A. (2023). *transformando la relación con las figuras de autoridad desde el desarrollo humano en un grupo de adolescentes de tercero de secundaria*, Trabajo de Obtención de Grado. ITESO. Guadalajara, Jal.

Rogers, C. (1985). *Terapia, personalidad y relaciones interpersonales*. Ediciones Nueva Visión.

Rogers, C. (2020). *El proceso de convertirse en persona*. Booket.

Rogers, C. R. (1957). *The necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change*. *Journal of Consulting Psychology*, 21(2), 95-103.
<https://doi.org/10.1037/h0048687>

Rogers, C.; Stevens, B. (2012). *Persona a persona. El problema de ser humano. Una nueva tendencia en psicología*. Amorrortu. Argentina.

Saavedra-Murguía, N. (2009). *La educación autoritaria en los modelos educativos tradicionales y actuales que validan y refuerzan el maltrato infantil: propuesta de curso-taller para padres y madres de familia*. (Tesis de Licenciatura). Universidad Nacional Autónoma de México, México. Recuperado de <https://repositorio.unam.mx/contenidos/378449>

Santana-González D. M. (2023). *El poder de una relación nutricia en adolescentes que sufren de abandono emocional*. Trabajo de Obtención de Grado. ITESO. Guadalajara. Jal. Mex.

- Sassenfeld, André y Moncada, Laura (2006) Fenomenología y psicoterapia humanista-existencial, en *Revista de Psicología*, 15(1) 91-106. Universidad de Chile Fenomenología y psicoterapia humanista
- Satir, V. (2002). *Nuevas relaciones humanas en el núcleo familiar*. Pax México. México.
- Schmill, V. (2004). *Disciplina inteligente*. Producciones Educación Aplicada.
- Segrera, A. S. (2014). Consultorías y psicoterapias centradas en la persona y experienciales. Alberto S. Segrera, Jeffrey H. D. Cornelius-White, Michael Behr y Silvia Lombardi. Terapéutico. En Segrera, A., Cornelius-White, J., Behr, M., Lombardi, S. (Ed.)
- Tercero, R. P. (2006). Violencia filio-parental: un fenómeno emergente. https://www.bienestaryproteccioninfantil.es/imágenes/tablaContenidos03SubSec/VFP_un_fenmeno_emergente._Pereira_R.pdf.
- Vargas-Jaime, C., Villafaña-Montiel, L. G., Moysén-Chimal, A., & Eguiluz-Romo, L. L. (2019). Perfil de padres con un hijo con tentativa suicida: indicadores afectivos y conductuales. Pp. 64-73. Investigación y ciencia de la universidad Autónoma de Aguascalientes.
- Zohn, T. Y Moreno, S. (2008) El sanador herido, ayuda el que ha sanado. En *Mirada, Revista de espiritualidad y Desarrollo Humano*, año 7, (26), Centro Ignaciano De Espiritualidad, Jalisco. 5-11.
- Zohn, T., Casillas, E., Cervantes, S. (Coord). 2019. *Entrevistar en Psicología*, Guadalajara: ITESO.