

Movimiento Familiar Cristiano

FORMACIÓN PARA PROMOTORES

CICLO 2024-2025



2023 - 2026
"Con Jesús, José y María,
misioneros de la familia cada día"



PRESENTACIÓN

El Movimiento Familiar Cristiano (MFC) en comunión con la exhortación de *Evangelii Gaudium* del Papa Francisco que invita a tener ese encuentro personal con Cristo y anunciar con alegría el Evangelio desde una Iglesia en salida que va preparada en su prédica con estudio, oración, reflexión y creatividad pastoral, ha elaborado este material en digital que tiene como objetivo proporcionar una formación integral que favorezca el crecimiento en diversas áreas como liderazgo, espiritualidad, desarrollo humano, capacitación conyugal y familiar para que se viva dentro de la reunión zonal con ustedes Equipos Zonales en quienes se encuentra el corazón del Ciclo Básico.

Este proyecto surge de la necesidad detectada en la formación de temas actuales que aquejan a nuestras familias, además del preocupante incremento de matrimonios que han desertado en la vivencia del CBF.

Es ahí que radica la importancia de este material, ya que la Iglesia necesita “...un anuncio a las culturas profesionales, científicas y académicas. Se trata del encuentro entre la fe, la razón y las ciencias, que procura desarrollar un nuevo discurso de la credibilidad, una original apologética que ayude a crear las disposiciones para que el Evangelio sea escuchado por todos. Cuando algunas categorías de la razón y de las ciencias son acogidas en el anuncio del mensaje, esas mismas categorías se convierten en instrumentos de evangelización; es el agua convertida en vino. Es aquello que, asumido, no sólo es redimido sino que se vuelve instrumento del Espíritu para iluminar y renovar el mundo” (EG 132).

Por ello, este material ha sido elaborado con la valiosa colaboración de sacerdotes, psicólogas, terapeutas familiares y master en Ciencias de la Familia para la Consultoría, con la finalidad que permitan cumplir con las necesidades de la misión encomendada para contribuir al crecimiento y fortalecimiento humano de ustedes como servidores.

Estamos seguros de la importancia que le darán a este material, que con gran cariño y humildad se ha elaborado. Como lo indica el Papa Francisco, comprendiendo el significado de cada palabra que lean, poniéndolo en conexión con la enseñanza de la Biblia, desde un corazón dócil y orante. Es así que les invitamos a dejarse cautivar por cada palabra de este material y hacerla vida, para continuar con la sinergia de crecimiento y capacitación que siempre nos debe distinguir como MFCistas y evangelizadores.

Hoy comienza esa nueva encomienda, para robustecer el Ciclo Básico de Formación que ha sido depositado en sus manos, confiamos que el Espíritu Santo se derramará en ustedes para que den grandes frutos que, sin duda, no sólo serán para los equiperos, sino también para sus familias, pues nuestro Señor nunca se queda con nada y agradece profundamente todo lo que damos a los demás.

La Iglesia nos necesita renovados para ir de misión a cada hogar o cualquier lugar donde vayamos a predicar su Evangelio, desde ese diálogo personal y sincero que abre el corazón para contar las maravillas que ha hecho nuestro Señor en nosotros y nuestras familias.

¡Vayamos pues a anunciar su Palabra desde una actitud humilde, positiva y llena de misericordia!

Equipo Coordinador Nacional

2023-2026

El documento cuenta además con una carta descriptiva y un resumen de cada tema.

CARTA DESCRIPTIVA DE LA REUNIÓN ZONAL

PASO	CONTENIDO	TÉCNICA	PROCEDIMIENTO	TIEMPO	POSTURA
1	Oración inicial.	Coro.	Ven Espíritu Santo. Oración del promotor. Oraciones del trienio.	5´	De pie.
2	Evaluación del tema anterior.	Diálogo en equipo.	Objetivos de los temas. Revisión de la acción sugerida. Entrega de los formatos S-05.	10´	Sentados.
3	Informes de visitas.	Expositiva.	Exposición breve de la información.	5´	Sentados.
4	Vivencia del tema de Formación para los Equipos Zonales.	Material de Formación Continua para Equipos Zonales.	Estudiar previamente el tema correspondiente del Libro de Formación Continua para Equipos Zonales y realizar el apartado de la EVALUACIÓN con anterioridad. Con la finalidad de cumplir con el tiempo destinado para la reunión zonal, solo se comparten los puntos más importantes del tema revisado.	20´	Sentados.
5	Vivencia del tema.	Utilizar la carta descriptiva del CBF.	Según el tema que corresponda; dando lugar a que el Asistente Eclesial explique la cita bíblica, el Promotor de Zona enfatizará los puntos importantes y comentarán sobre la vivencia del tema en familia.	70´	De acuerdo a carta descriptiva.
6	Avisos generales.	Charla.	Comentarios y énfasis en la motivación a la participación.	5´	Sentados.
7	Finanzas.	Expositiva.	Entrega de aportaciones.	2´	Sentados.
8	Oración final.	Coro.	Oramos juntos la oración correspondiente al tema del CBF.	3´	De pie.
			Total	2 Hrs.	
9	Convivio.		Sencillo.		

ÍNDICE

NÚM.	TEMA	PÁGINA
1	Conceptos básicos de la Teología del Cuerpo	5
2	La pornografía y sus secuelas	11
3	Métodos artificiales para concebir frente a la Humanae Vitae	16
4	Cómo enfrentar el duelo de un aborto involuntario	21
5	Crianza positiva	28
6		
7		
8		
9		
10		
11		
12		
13		
14		
15		
16		
17		

TEMA 1

INTRODUCCIÓN DE LA TEOLOGÍA DEL CUERPO



OBJETIVO

Introducir los conceptos básicos de la Teología del cuerpo.

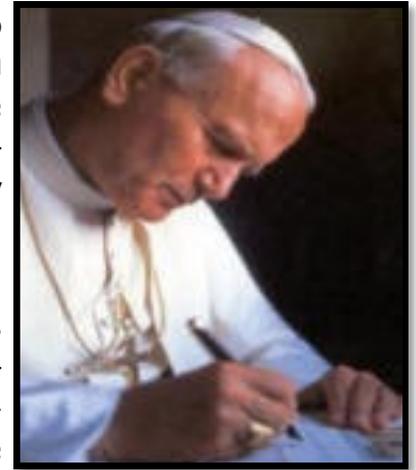
TEMA 1

INTRODUCCIÓN DE LA TEOLOGÍA DEL CUERPO

El término “Teología del Cuerpo” se acuña desde el pensamiento de San Juan Pablo II y más que de su pensamiento surgirá a partir de su propia experiencia de vida. Al hacer un acercamiento a la vida de este gran santo cualquier persona se percata de su experiencia de vida, marcada por diversas circunstancias difíciles que le llevaron a tomar muy en cuenta el aspecto familiar y lo que significa este vínculo para el desarrollo pleno de la persona.

A los 18 años se veía como actor y poeta, creador de obras literarias 1938 decide irse a Cracovia a estudiar Filología polaca (Ciencia que estudia las culturas tal como se manifiestan en su lengua y en su literatura, principalmente a través de los textos escritos.) en la universidad de esa misma ciudad, por este motivo se le entiende mejor a sus escritos como a un poeta que usa la sensibilidad más que la razón, la fe o la mística. En sus obras demuestra el querer ser poeta a través de obras de teatro y la actuación. Algunas obras de este autor fueron publicadas con un pseudónimo entre ellas varias obras de teatro, una de las más conocidas es “El taller del orfebre” que muestra la unidad mística de los esposos unidos sacramentalmente.

Una vez ordenado sacerdote sigue apasionado por la escritura y la enriquece con los estudios de Filosofía y posteriormente la Teología. Enfocando sus estudios sobre la mística y el personalismo porque considera a la persona como la base de todo, entendiendo a la persona como principio de unidad con sentido espiritual.



Su obra *Amor y responsabilidad* es, además de interesante, porque habla todo sobre la Teología del Cuerpo pero desde una perspectiva filosófica, es también racional, porque todo el mundo la puede compartir, aún, si no tiene fe. Quien no tiene fe puede leer *Amor y responsabilidad* y dirá: “esto es lógico, atractivo, se convierte en un valor para mí y deseo vivirlo”. En esta obra habla sobre el amor, sobre la sexualidad y a veces en un tono muy explícito. En la segunda parte de la obra desarrolla una explicación sobre lo que significa La persona y el

amor. Con naturalidad él expresa lo que por experiencia de otros ha conocido y adquirido, al haber escuchado confesiones, dirección espiritual, a jóvenes, adultos, matrimonios, etc., con estas experiencias variadas adquiere esa experiencia profunda que los lleva a escribir esta gran obra.

Como Obispo, Juan Pablo II continúa con sus escritos filosóficos y teológicos sobre varios temas, pero puso gran esmero a ir formando una catequesis en varios tomos sobre lo que en seguida se llamaría Teología del Cuerpo. Ya cuando es elegido Sumo Pontífice desarrolla ese estudio teológico

sobre “la Persona” retomando también el cuerpo como base para reconocer al hombre en esa dimensión humana.

Llega a decir que cuando “el cuerpo entró en el mundo, entra a formar parte de la Teología”, de manera que a partir de esa premisa, se interesa plenamente en hablar sobre el cuerpo como la forma con la cual el hombre vive la relación con su Creador.

Desarrolla la exposición de la Teología del Cuerpo en 129 catequesis, que desarrollaría durante gran parte de su pontificado en las Audiencias generales a partir de septiembre de 1979.

A continuación, se presenta un esquema pequeño sobre el contenido de esta Teología del Cuerpo en las 129 catequesis.

- Hombre originario.
- Hombre histórico.
- Hombre escatológico.
- Virginidad cristiana.
- El sacramento del amor.
- Matrimonio cristiano.
- Amor y fecundidad.



En el desarrollo de todas las catequesis maneja varios temas y utiliza varios conceptos que darán sentido a la interpretación y la comprensión del misterio que desarrolla Juan Pablo II en este estudio teológico.

Persona: “Sustancia individual de naturaleza racional”. Juan Pablo II se pregunta ¿por qué Dios nos hizo personas? cuerpo espiritualizado o espíritu corporizado. La persona tiene libertad; libertad para el bien. No es una estructura dualista: cuerpo y alma, sino una sola sustancia con esa naturaleza de razón. Se va a preguntar sobre ¿quién es la persona humana? ¿de dónde viene? ¿en dónde está y hacia a dónde va? estas preguntas ayudan sobre todo a tener una visión integral del hombre.

Don de sí mismo. La persona en sí misma no logra su realización plena si no logra entender que es un verdadero don que es para los demás. Esto debe entenderse como parte de su misma naturaleza, es parte de su composición esencial, por ello no se entenderá hasta lograr esa donación plena a los otros.

Communio personarum: Respecto a la unidad originaria del hombre, a través de la comunión de las personas el hombre llega a ser imagen de Dios. El hombre ha sido creado con un particular valor ante Dios y ante el hombre mismo (Gén. 2, 23). Porque es hombre, en seguida porque la mujer es para el hombre y el hombre es para la mujer, los dos son un “don” para el otro y a la luz de la otra persona se encuentra quien es y recibe la riqueza que le es dada a través de alguien más. El hombre en su soledad originaria (cuando se haya solo al momento de su creación) adquiere una conciencia personal en el proceso de distinción de los otros seres vivientes, incluso de la distinción con la mujer. De este modo, el significado de la unidad originaria del hombre, a través de la mascu-

linidad y feminidad, se expresa como superación del límite de la soledad.

Imago Dei. Mas aún, cuando Cristo nuestro Señor ruega al Padre “que todos sean uno mismo... (Jn 17, 21) desplegando una perspectiva inaccesible a la razón humana, insinúa una cierta semejanza entre la unión de las personas divinas y la unión de los hijos de Dios en la verdad y en la caridad. Esta semejanza pone de manifiesto cómo el hombre, que es en la tierra la única creatura que Dios ha querido por sí misma, no puede encontrarse plenamente a sí mismo sino en el sincero don de sí mismo. En la lectura de



los relatos de la creación de los capítulos 1 y 2 nos enseña la diferencia entre hombre y mujer, pero nos deja claro la igualdad en su dignidad personal y como imagen de Dios. En el Relato de la costilla a la luz de Gén, 1 los dos son plenamente imagen de Dios en su cuerpo y en su alma.

Seres sexuados. La sexualidad es constitutiva de la persona, en la Teología del Cuerpo debe tomarse en cuenta el significado biológico de la sexualidad. El significado psicológico de la sexualidad, es decir, existe el “yo” masculino/femenino, existe autoconciencia y autodeterminación. Además, el significado espiritual de la sexualidad que como persona una parte constitutiva es su sexualidad, dos modos de ser, masculinidad y feminidad como dos encarnaciones de la soledad metafísica.

Don. El cuerpo humano, con su sexo, con su masculinidad y feminidad, visto en el misterio mismo de la creación, no es sólo fuente de fecundidad y procreación, como en todo el orden natural, sino

que incluye desde “el principio” el atributo “esponsal”, es decir, la capacidad de expresar el amor; ese amor es precisamente en el que el hombre-persona se concierte en don y mediante este don realiza el sentido mismo de su ser y existir.

Significados del cuerpo. El cuerpo es sacramento porque nos remite a la presencia y a la acción de Dios. Cuenta con varios sentidos. **Filial**, esto es, en su fragilidad fue tejido por Dios en el sentido materno. **Esponsal** porque se expresa y manifiesta el amor que se da entre el hombre y la mujer. Pro-



creativo porque el amor siempre es **fecundo**. Y de **comuni3n** porque en el mismo cuerpo est1 inscrita la vocaci3n y el destino de la persona.

Eros y ethos. Seg1n Plat3n, el “eros” representa la fuerza interior, que arrastra al hombre hacia todo lo que es bueno, verdadero y bello. Esta “atracci3n” indica, en tal caso, *la intensidad de un acto subjetivo del esp1ritu humano*. En cambio, en el significado com1n -como tambi3n en la literatura-, esta “atracci3n” *parece ser ante todo de naturaleza sexual*. La llamada a lo que es verdadero, bueno y bello significa al mismo tiempo, en el *ethos* de la redenci3n, la necesidad de vencer lo que se deriva de la triple concupiscencia. Significa tambi3n la posibilidad y la necesidad de transformar aquello sobre lo cual ha pesado fuertemente la concupiscencia de la carne. Adem1s, si las palabras de Mateo 5, 27-28 representan esta llamada, significan, pues, que, en el 1mbito er3tico, el “eros y el “ethos” no divergen entre s1, no se contraponen mutuamente, sino que *est1n llamados a encontrarse en el coraz3n humano y a fructificar en este encuentro*. Muy digno del coraz3n humano es que la forma de lo que es “er3tico” sea, al mismo tiempo, forma del *ethos*, es decir, de lo que es 3tico”.



Eros y 1gape. El amor de Dios es eros y 1gape. El Dios 1nico en el que cree Israel, sin embargo, ama personalmente. Su amor, adem1s es un amor de predilecci3n; entre todos los pueblos, 1l escoge a Israel y lo ama, aunque con el objeto de salvar precisamente a toda la humanidad. 1l ama, y este amor suyo por ser calificado sin duda como eros que, no obstante, es totalmente 1gape.

Estos conceptos b1sicos se definen plenamente en toda la vida del hombre y el hombre mismo hace suyos los conceptos del amor al que est1 llamado desde su origen y que son la antesala de la vida futura que gozar1 en la presencia de Dios, su 1ltimo fin. Aplicados en su pleno significado en cada persona se vivir1 completamente el ser *persona*, como don que se siente llamado a la plenitud en su propia donaci3n hacia los dem1s desde su propio estado de vida pero teniendo plena conciencia de que est1 llamado a la trascendencia por el regalo maravilloso de la Salvaci3n que Cristo le ha manifestado es la donaci3n propia.

Evaluación:

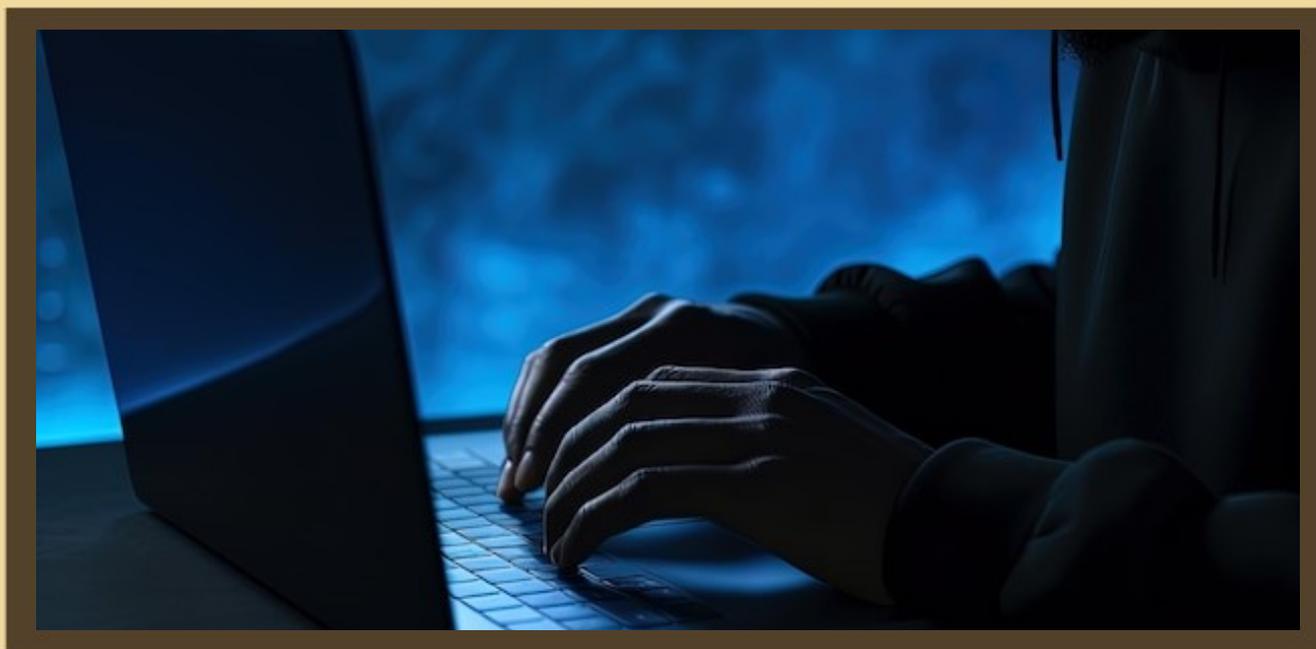
Escribe 3 oraciones que resuman lo más importante de lo que aprendiste del tema

Referencias Bibliográficas:

- * Wojtila Karol, *Amor y responsabilidad*, Biblioteca Palabra. 6ta Edición. Ciudad del Vaticano.
- * Juan Pablo II. Teología del Cuerpo, Diálogos con Jesucristo sobre los fundamentos del matrimonio. Pag. 44. La retama, México.
- * Catequesis 15,1. Enero 16, 1980
- * Catequesis 48,5. Noviembre 12, 1980.
- * Benedicto XVI- Deus Caritas est, 9

TEMA 2

LA PORNOGRAFÍA Y SUS SECUELAS



OBJETIVO

Reflexionar sobre las secuelas de la pornografía y adquirir herramientas para vencer este vicio.

TEMA 2

LA PORNOGRAFÍA Y SUS SECUELAS

Para dar inicio a este tema, es importante mencionar que el consumo de pornografía genera adicción. La adicción a la pornografía es una subcategoría particular de la adicción sexual. En la adicción a la pornografía, el enfoque básico es la adicción a la literatura o imágenes pornográficas. Para nuestros propósitos, definiremos la pornografía como cualquier material escrito, dibujado (incluyendo gráficos digitales) o material fotográfico, que intente provocar estimulación sexual.

A partir de esta definición, cualquier cosa que excite sexualmente, puede ser considerada como pornografía.

Según un estudio realizado por la Universidad de Cambridge, Reino Unido, **la pornografía desencadena en el cerebro de las personas, que sufren de adicción sexual, reacciones similares a las que causan las drogas** en el cerebro de los adictos a algunas sustancias.



La adicción a la pornografía es conocida como un “proceso” de adicción, donde el sentimiento eufórico —o estimulante— proviene de químicos liberados en el cerebro, en lugar de fuentes externas como drogas o alcohol. La mente gradualmente se acostumbra a la liberación de estos químicos y busca continuamente los recursos para lograr esa estimulación. Para el adicto a la pornografía, esta estimulación proviene de factores visuales al ver revistas, películas, libros o páginas web pornográficas.

Este estímulo está usualmente, pero no siempre, acompañado de masturbación.

Causa de la adicción a la pornografía

Así como la adicción sexual, la adicción a la pornografía no es causada por un solo factor, sino más bien, por la construcción en el tiempo de ciertas condiciones. Las causas pueden incluir la exposición a imágenes pornográficas en edad joven, profunda inseguridad o temor al rechazo en las relaciones, o un trauma pasado como el abuso físico o sexual que haya hipersexualizado a la persona. Además de estas causas, la adicción a la pornografía se alimenta a sí misma y es progresiva por naturaleza.



Una persona se vuelve insensible a las imágenes que está viendo y constantemente necesita más y nuevas imágenes. Además, una vez expuesto a los gráficos caracterizando la actividad sexual, el simple desnudismo ya no resulta excitante. En algunos casos, esta progresión hacia pornografía más dura, puede derivar en actividades ilegales como la pornografía violenta o pornografía infantil.

El problema con la adicción a la pornografía, es básicamente relacionado con una percepción alterada. La exposición continua a la pornografía, cambia la forma en que el usuario ve a la gente que le rodea. Los hombres que usan la pornografía, tienden a ver a las mujeres como objetos sexuales, en

lugar de gente valiosa para ser honradas y respetadas o de igual manera, si es la mujer la que ve la pornografía. En una relación de matrimonio, la pornografía puede crear una brecha entre el hombre y la mujer. Aunque puede inicialmente ser usada para añadir "excitación" al acto íntimo del matrimonio, la naturaleza progresiva de la pornografía puede conducir a la relación por sendos decadentes que uno de los dos compañeros puede no estar dispuesto a seguir.

2. Consecuencias

En un artículo publicado en el sitio web de la Asociación Americana de Psicología, Ana Bridges, psicóloga de la Universidad de Arkansas, en Estados Unidos, y autora de varios estudios con respecto al tema, corrobora este aspecto.

"La pornografía está prácticamente en cualquier parte. Internet ha hecho más fácil que nunca desarrollar una fijación erótica. Cuando el uso del porno se vuelve intenso en frecuencia o duración, comienza a interferir en otras áreas de la vida de la persona".



A los hombres con parejas heterosexuales, lo que les suele ocurrir es que se desconectan emocionalmente de la persona que tienen a su lado. "Tienen más secretos, menos intimidad y más depresión".

Alternativas de solución

- ◇ Acceso filtrado al Internet (ya sea con tu proveedor de Internet o a través de un filtro de terceros).
- ◇ Ayuda en línea para las adicciones sexuales.
- ◇ Psicoterapia con alguien experimentado con asuntos de adicción sexual.
- ◇ Apoyo espiritual.
- ◇ Tener la firme decisión de cambiar su vida de manera positiva.
- ◇ Realizar ejercicio físico de manera habitual. El hacer ejercicio ayuda de una forma impresionante a cualquier adicción, pero especialmente una adicción a la pornografía, pues ayuda con el estrés y todas aquellas emociones que ignoramos y luego lidiamos por medio de la adicción.
- ◇ Adoptar una ética de honestidad. La adicción sigue creciendo mientras se encuentren los secretos. Es importante contar con una persona con la cual se pueda ser totalmente honesto.
- ◇ Elaborar una lista de métodos de prevención. Tener una lista de cosas que se pueden hacer cuando llegue la tentación de ver pornografía. La lista debe de tener al menos diez cosas que ayudan. Si una no funciona, sigue a la otra. Lo que importa es hacer que la ansiedad disminuya.



- ◇ Eliminar cualquier método de acceso. Instalar programas y nuevas contraseñas que solamente alguien más tenga, para computadoras y celulares, ya que son las formas más comunes de ver pornografía. Eliminar cualquier cosa que te pueda llevar a verla, ya sea en tu trabajo o en casa.
- ◇ Pausa ante la ansiedad. Como cualquier otra adicción, la adicción a la pornografía se vuelve una forma de lidiar con emociones con las que no queremos lidiar. Cuando sientas tristeza, enojo, ansiedad o cualquier emoción que provoque querer “huir” y ver pornografía, hay que recordar hacer una pausa para respirar de manera profunda varias veces. De esta manera se aprende a manejar las emociones, en lugar de evadirlas.
- ◇ Aprovechar la propia dimensión religiosa y espiritual. Acudir a Dios cuando sea difícil lidiar con las emociones y las tentaciones de caer en el vicio. Cualquier adicto encuentra solución al saber que puede recibir ayuda de alguien mucho mayor que él.

Todos estos consejos son buenos y aplicables a cualquiera que emprenda el recorrido a la recuperación. Con todo, el recurso más importante será la perseverancia, pues esto tomará tiempo, caídas y mucho aprendizaje, pero al final todo esto, vale la pena cuando se recupera la capacidad de controlar los impulsos, emociones, y decisiones.



4. Palabra de Dios:

Mt 5, 8. “Dichosos los limpios de corazón porque ellos verán a Dios”.

Esta bienaventuranza que Jesús pronuncia en el sermón de la montaña, nos hace comprender que pureza del corazón consiste en conservar en nuestro interior lo que es digno de una relación auténtica con el Dios, y llevar una vida íntegra, honesta, casta y sencilla en su presencia. Tener un corazón puro es un camino de purificación interior que debemos ir recorriendo poco a poco a manera de repetición de buenas costumbres hasta alcanzar la virtud de la pureza del corazón, superando todo pensamiento o acto deshonesto que mancha nuestra persona y dignidad, ante Dios y ante los prójimos con quienes convivimos.

Podemos entender que la pornografía como se nos ha explicado es una adicción que mancha nuestro corazón, nuestros pensamientos y nuestra alma, y que debemos luchar con todas nuestras fuerzas para no caer en esta práctica o si ya nos encontramos en ella, podamos superarla con la gracia de Dios.

Evaluación:

Escribe lo que te llamó más la atención de este tema.

Referencias Bibliográficas:

- * Fuentes, Miguel Ángel. La trampa rota: el problema de la adicción sexual. - 1a ed. -San Rafael.: Del Verbo Encarnado, 2008
- * Fuentes, Miguel Ángel Pornografía y sexualidad - 1a ed. - San Rafael.: Del Verbo Encarnado, 2008
- * Juan Pablo II, Evangelium vitae, 2018
- * H. Bless, Pastoral psiquiátrica, Razón y Fe, Madrid 1966
- * Rojas, Enrique. La conquista de la voluntad .1994-. Colección Fin de siglo. vol. 54.

TEMA 3

MÉTODOS ARTIFICIALES PARA CONCEBIR FRENTE A LA HUMANAE VITAE



OBJETIVO

Conocer la postura y los fundamentos de la Iglesia frente a los métodos artificiales para concebir, así como las secuelas de éstos y sus tratamientos.

TEMA 3

MÉTODOS ARTIFICIALES PARA CONCEBIR FRENTE A LA HUMANAE VITAE

El Papa nos recuerda el urgente deber de los esposos de la transmisión de la vida, como colaboradores libres y responsables de Dios Creador, este deber llevarnos a ser conscientes como cónyuges sobre todo ante nuevas cuestiones que la Iglesia no puede ignorar y que se relaciona con la misma vida y la felicidad.

Una de las cuestiones trata sobre todo del desarrollo demográfico, las condiciones de vivienda y de trabajo, la personalidad de la mujer y su puesto en la sociedad, el dominio del ser humano sobre su cuerpo e incluso sobre las leyes naturales. Por todo esto se plantean nuevas preguntas que deben recordar la responsabilidad del hombre moderno en el dominio de su voluntad y su razón (principio de totalidad), sobre todo en lo referente al control de natalidad.

Las cuestiones plantean a la Iglesia la reflexión de los principios de la doctrina moral del matrimonio fundada en la ley natural, iluminada por la Divina Revelación. Y por mandato divino custodiar la ley moral que el mismo Señor encomendó a sus apóstoles para dar respuesta a graves cuestiones.

Para hablar del problema de natalidad se debe considerar a la luz de una visión integral del hombre natural y sobrenatural de acuerdo a las exigencias del amor conyugal y una paternidad responsable.

El amor conyugal

Tiene como fuente a Dios que es amor, siendo el matrimonio una sabia institución del Creador para realizar en la humanidad su designio de amor en la donación recíproca de sí mismos para generar la educación de nuevas vidas, así el amor conyugal tiene ciertas características.

Es plenamente humano: sensible y espiritual por ser un acto de voluntad libre; es amor total, es una amistad personal, se ama al cónyuge por ser él mismo, para enriquecerlo con el don de sí; es un amor fiel y exclusivo hasta la muerte. La fidelidad es manantial de felicidad profunda y es fecundo porque está destinado a prolongarse generando nuevas vidas. Es por esto, que el amor conyugal exige a los esposos la conciencia de su misión de paternidad responsable que significa el conocimiento y respeto de sus funciones como el poder de dar vida, pero en el dominio necesario de la razón y la voluntad.

La paternidad responsable implica que los cónyuges se reconozcan en sus propios deberes para con Dios, consigo mismos y la sociedad, además de estar preparados para conocer lo que Dios ha dispuesto con sabiduría en los ritmos y leyes naturales de fecundidad, así el acto matrimonial debe quedar abierto a la transmisión de la vida dentro de un acto unitivo y procreador.



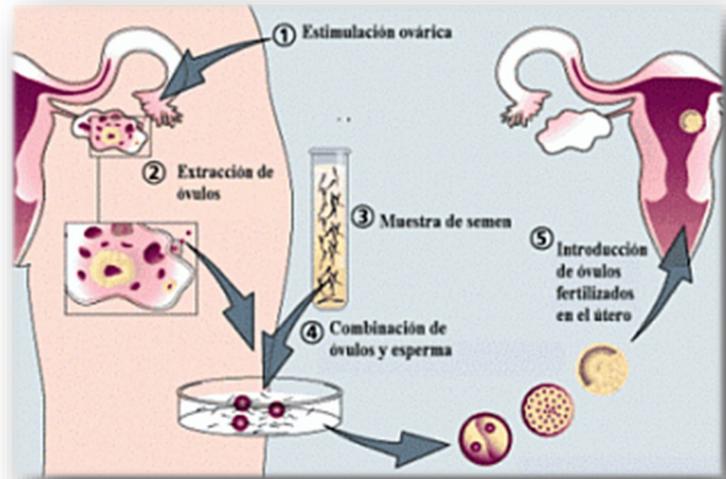
Justamente el acto conyugal impuesto al cónyuge sin considerar su condición actual y sus legítimos deseos, no es un verdadero acto de amor, es por ello que debe haber un acto de amor recíproco, pues la vida humana es sagrada, desde su comienzo (decía San Juan XXIII en Mater et Magistra, AAS 53 (1961) P. 447).

Métodos artificiales para concebir

Fertilización in vitro:

Es una forma de tecnología de reproducción asistida, utilizando medios artificiales como la unión del óvulo y el espermatozoide en un plato, in vitro significa fuera del cuerpo humano. Rompiendo así la unidad del matrimonio.

En este método, la fecundación se hace fuera y se continua fuera del útero materno, que puede llegar a degradar la dignidad del hombre puesto que puede provocar la muerte de varios embriones, es un acto inmoral contrario al carácter unitivo y a la dignidad del matrimonio dañando la misma naturaleza de esa unión, es decir, la prole.



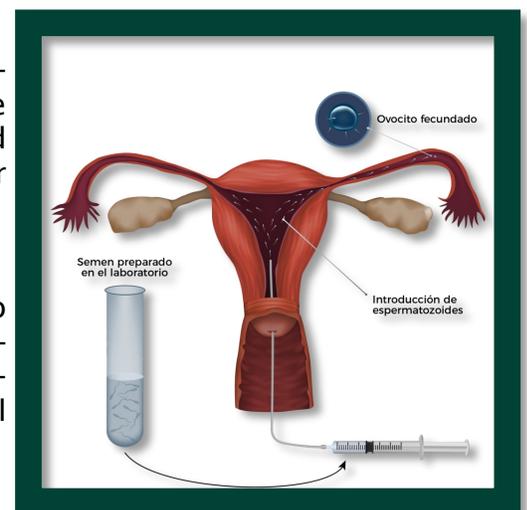
La Humane Vitae de San Paulo VI nos dice: “Usar el don divino del acto conyugal destruyendo su significado y finalidad es contradecir la naturaleza del hombre y de la mujer y sus más íntimas relaciones, y por lo mismo contradictorio al plan de Dios y su voluntad”. (HV no. 9).

La Iglesia considera ilícito el uso de medios directamente contrarios a la fecundación aunque sea por razones honestas o serias (cf. HV no. 16).

Inseminación artificial.

El fin de la procreación solo se puede intentar con el acto conyugal. La Humane Vitae en el número 17 dice que el control de natalidad en el campo artificial abriría camino a la infidelidad conyugal y degradación de la moralidad y terminaría por acabar de perder el respeto por la mujer.

En la inseminación artificial no podemos decir que es lo mismo donar semen que sangre, pues aquel ya va dotado de carga genética con características personales y genealógicas, por ejemplo. No se debe manipular el semen, mucho menos dentro del matrimonio.



Junto a otros métodos artificiales para concebir como la inseminación artificial o vientres alquilados, la Iglesia nos invita desde el magisterio a la reflexión sobre las consecuencias de los métodos de regulación artificial de la natalidad, pues se consideran un camino fácil y amplio que tendría consecuencias como la infidelidad conyugal y la degradación general de la moralidad.

Los métodos de fecundación artificial no alivian en su totalidad el sufrimiento humano de la infertilidad, sino que quieren ser un paliativo para el hombre y la mujer.



Además, se debe recordar la paternidad responsable como un amor totalizante, plenamente humano y espiritual que debe llevar al ser humano a reconocer que la paternidad va íntimamente unida a la educación, con base en la fecundidad del amor que se prolonga en la vida de los hijos en el conocimiento y respeto de las funciones que le son dadas por su misma naturaleza en la unión conyugal, dicho de otra manera la unión y la procreación son inseparables.

Por lo tanto, únicamente el acto conyugal es éticamente bueno al tener como finalidad el dar origen a una nueva vida.

La dignidad del hombre lo debe llevar a conocer su destino trascendente desde la concepción, y para ello hay disciplinas y ciencias que lo llevan a respetar su dignidad con una identidad que le es propia.

Los esposos deben adquirir sólidas convicciones sobre los valores de la vida y de la familia, las cuales han de observar con diligencia y amor.

Estamos todos llamados a observar y respetar la ley divina en lo referente al matrimonio y los fines que le son propios: la procreación y la educación de ésta, con base en el amor mutuo y conyugal propio del matrimonio, ejerciendo una paternidad responsable.

Riesgos del uso de métodos de reproducción asistida

Ahora, abordaremos los riesgos o posibles secuelas de usar métodos artificiales, ello desde las mismas empresas que promueven en sus páginas el uso de éstos:

- ⇒ Gestación múltiple.
- ⇒ Síndrome de hiperestimulación ovárica (se desarrolla un gran número de folículos, aumenta el

tamaño ovárico y se eleva el estradiol en la sangre).

- ⇒ Embarazo ectópico: consiste en la implantación del embrión fuera del útero.
- ⇒ Aborto.
- ⇒ Defectos congénitos y alteraciones cromosómicas en los hijos.
- ⇒ Riesgos psicológicos como depresión y ansiedad en ambos.
- ⇒ Riesgos de la anestesia.
- ⇒ Infecciones.
- ⇒ Hemorragias.
- ⇒ Ausencia de fecundación.

Además de lo costoso de estos tratamientos.

Por la dignidad de la paternidad, todo niño merece venir al mundo por el amor paterno y materno, pues el ser humano no solo es materia, sino también espíritu. No se puede hacer un mal para conseguir un bien. El derecho de los esposos y el dominio de sí mismos los debe llevar a reconocer y valorar la capacidad de amar del sujeto frente a sí mismos.

Acerquémonos a la Iglesia con los expertos en estos temas y conozcamos más los caminos que muestra para quienes no han tenido el don de la paternidad.

Evaluación

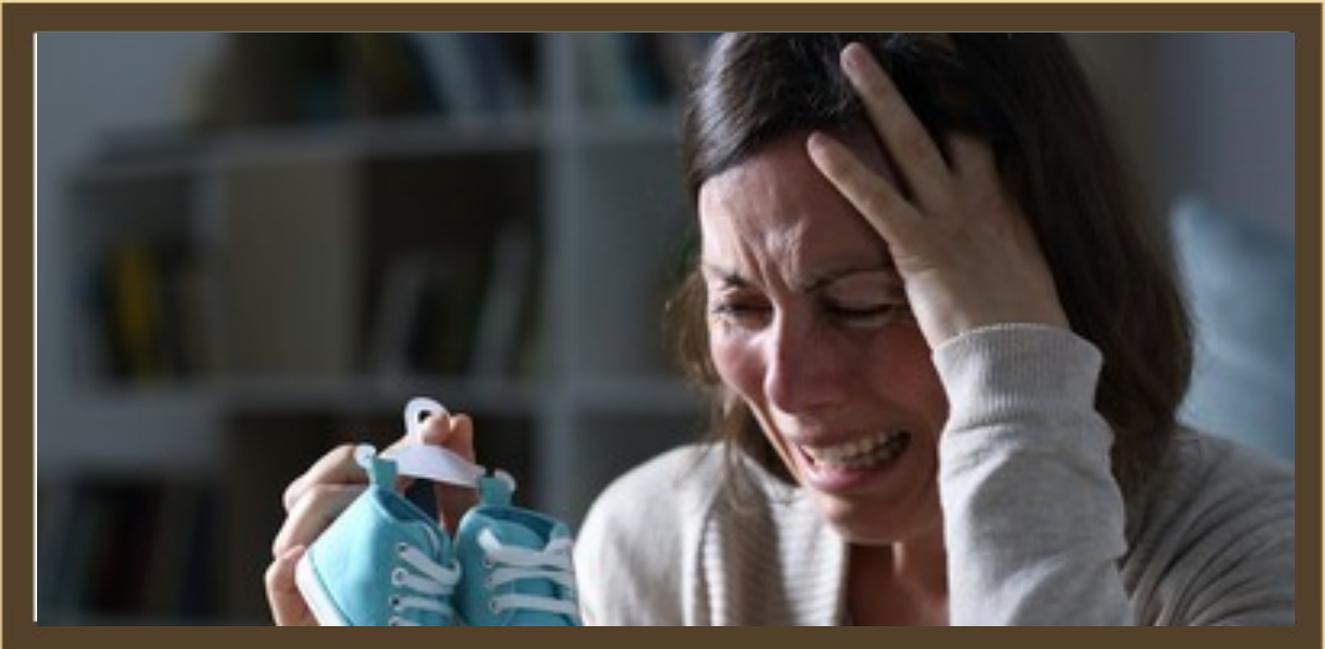
Escribir un breve texto que refiera lo que más les pareció significativo del tema.

Referencias Bibliográficas:

- * VI, Pablo. (28 de 03 de 2024). *Vatican.va*. Obtenido de Vatican.va: https://www.vatican.va/content/paul-vi/es/encyclicals/documents/hf_p-vi_enc_25071968_humanae-vitae.html
- * XXIII, Juan. (30 de 04 de 2024). *Vatican.va*. Obtenido de Vatican.va: https://www.vatican.va/content/john-xxiii/es/encyclicals/documents/hf_j-xxiii_enc_15051961_mater.html

TEMA 4

¿CÓMO ENFRENTAR EL DUELO DE UN ABORTO INVOLUNTARIO?



OBJETIVO

Favorecer la adquisición de recursos para enfrentar como matrimonio el duelo de un aborto involuntario.

TEMA 4

¿CÓMO ENFRENTAR EL DUELO DEL ABORTO INVOLUNTARIO?

Es parte del proceso biológico que los individuos sigan el ciclo de la vida: nacer, crecer, reproducirse y morir. Por lo que se espera que el embarazo llegue a buen término y prontose tenga en los brazos a un bebé vivo y sano, sin embargo, a veces no ocurre así y se produce una **pérdida reproductiva (pérdida de su bebé)**, lo que provoca una crisis de distintas situacionales en la vida de la madre, de la familia y sus redes de apoyo.

El primer paso para enfrentar de manera sana una pérdida de este tipo, es salir de la ignorancia y adquirir los mínimos conocimientos sobre los duelos por bebés no nacidos.

El concepto de pérdida reproductiva comprende no sólo aquella que no culmina en el nacimiento de un nuevo ser humano por su **interrupción** (la muerte) prematura a partir del momento de la concepción, sino que también cuando el bebé muere antes, durante el parto y post parto.

Los estudios internacionales refieren cifras de 20-40% de duelo patológico o también llamado complicado, en una pérdida reproductiva con secuelas perdurables que se extienden más allá de la cuarentena, a la madre, al padre, al grupo familiar actual y a los miembros de las redes de apoyo.



Los tipos de duelo que se pueden presentar ante una pérdida reproductiva son:

Duelo anticipado: Se produce cuando se sabe que se podría perder al bebé, estar correctamente informada permite que el duelo comience previo al deceso. Se ha estudiado que podría disminuir el shock y facilitar la evolución de la recuperación.

Duelo desautorizado: Surge cuando los padres sienten que no están autorizados a sentir dolor para vivir su duelo ya que son restringidos por su entorno familiar y social, se asocia además a la falta de apoyo por parte de estas personas. Esto ocurre cuando el entorno médico y/o familiar no reconoce al bebé cómo persona e hijo, si no que se refieren a él como un “saco”, “embrión” o “feto”.



Duelo patológico: Se produce cuando el duelo se alarga y la madre y/o el padre, o ambos no se han adaptado a la pérdida del bebé, sin poder reestructurar su vida. La cronicidad del proceso se manifiesta por nerviosismo, irritabilidad y agresividad, esto suele evolucionar a depresión.

Duelos resueltos: Se ha completado el proceso de duelo cuando es capaz de recordar a su hijo/hija sin sentir dolor intenso que, aunque perdure la tristeza, ya han aprendido a vivir sin él/ella, viviendo en el presente y aportando todas sus energías en las actividades que realiza en la actualidad con las personas que la/lo rodean.

“Los síntomas de duelo disminuyen en los primeros seis meses tras la muerte del bebé, aunque pueden ser necesarios de uno a dos años para su resolución total”. (González. S, Suárez. I, Polanco. F, Ledo. M, & Rodríguez. E. 2013).

SINTOMAS EMOCIONALES	SINTOMAS FISIOLÓGICOS
Tristeza.	Cefalea.
Irritabilidad.	Astenia y letargia.
Cólera.	Disnea y sensación de asfixia,
Depresión.	Taquicardia.
Trastorno del sueño y apetito.	Xerosmia (boca seca).
Nostalgia por la persona perdida.	Sudoración.
Alucinaciones auditivas o visuales del fallecido.	Trastornos digestivos.

Estos síntomas son naturales en el proceso de duelo por la muerte de un bebé no nacido, es importante reconocerlos, atenderlos con paciencia y darle a la madre y al padre dolientes su tiempo y espacio para que pasen siendo visibles, autorizados por el entorno y por ellos mismos.

Cuando el duelo se hace patológico y se convierte en un episodio depresivo mayor, observaremos lo siguiente:

DUELO	DEPRESION
Evocan tristeza y empatía.	Evocan distancia, impaciencia o irritación.
Preocupación por el hijo perdido.	Aislamiento y autocompasión.
Pena al ver bebés y embarazadas.	Recuerdos desagradables sobre el Embarazo.
Crisis de llanto.	Idealización del hijo muerto.
Deseo de hablar de lo sucedido.	Vergüenza y desvalorización.
Auto reproche limitado a creer no haber hecho lo suficiente por su hijo.	Sensación de haber fracasado como mujer.
Ideas de suicidio no frecuentes.	Ideas de suicidio frecuentes.
Búsqueda de consuelo en otras personas.	Abandono de relaciones sociales.
Dolor por la pérdida.	Desesperanza y desconsuelo.
Soledad y vacío.	Culpabilidad total.

Tabla de diferencias entre duelo normal y episodio depresivo mayor. González. S, Suárez. I, Polanco. F, Ledo. M, Rodríguez. E. (2013).

Una vez que conocemos lo que es normal y anormal en un duelo por la pérdida de un bebé no nacido, veamos las recomendaciones tanto para enfrentarlo como para acompañar a la doliente o los dolientes:

- Facilitar el que el doliente hable sobre el fallecido y las circunstancias de su muerte.
- Propiciar la expresión emocional del doliente, siendo frecuente además de las vivencias de tristeza, pesar o desesperación, los sentimientos de hostilidad hacia el fallecido y la cólera hacia el médico o el hospital donde se produjo la muerte del ser querido.
- Explicación al doliente de que los síntomas que padece como: ansiedad, sentimientos de culpa, son reacciones normales y que desaparecerán con el paso del tiempo.
- Asegurar que, aunque inicialmente puede ser necesario que reduzca sus compromisos laborales o sociales, se debe facilitar el retorno a sus actividades habituales en un plazo de 3-6 semanas.
- Recomendar el acompañamiento de familiares y amigos y facilitar la realización de las tareas domésticas durante el período inicial.
- En las reacciones agudas de duelo, la contemplación del cuerpo del bebé evita la cristalización de fantasías, imaginaciones o temores a lo desconocido, ya que, para poder iniciar el duelo, muchas personas necesitan la oportunidad de decir “adiós”.
- Es importante que el personal médico y las personas del entorno eviten utilizar las palabras “feto” o “producto” y se comuniquen con “bebé” o “tu hijo/a”. Igualmente, si hay un cuerpecito, se debe permitir a los padres tener contacto físico con el bebé, si ellos así lo desean, el tiempo que lo necesiten en un espacio de intimidad.
- De igual forma, es necesario que se respete la cultura y creencias de los padres, es decir, que se les permita bautizar al bebé. Los niños abortados y los que, sin llegar al uso de razón, mueren sin bautismo, son seres humanos que tienen alma y pueden ser bautizados con lo que se conoce como <<bautismo de emergencia>>. Por otro lado, el Catecismo de la Iglesia Católica (CIC) en el número 1261, indica claramente:



- «En cuanto a los niños muertos sin Bautismo, la Iglesia sólo puede confiarlos a la misericordia divina, como hace en el rito de las exequias por ellos. En efecto, la gran misericordia de Dios, que quiere que todos los hombres se salven (cfr 1 Tm 2,4) y la ternura de Jesús con los niños, que le hizo decir: “Dejad que los niños se acerquen a mí y no se lo impidan” (Mc 10,14), nos permiten confiar en que haya un camino de salvación para los niños que mueren sin Bautismo. Por esto es más apremiante aún la lla-

mada de la Iglesia a no impedir que los niños pequeños vengan a Cristo por el don del santo Bautismo».

- En la práctica psicoterapéutica se ha observado que, la práctica de las creencias religiosas y la vivencia de una espiritualidad respecto a la muerte, facilitan mucho los procesos de duelo y son factores protectores para evitar su complicación excesiva.
- Ante un duelo patológico o crónico, podría ser atendido con un tratamiento farmacológico prescrito por un psiquiatra.
- Finalmente, unas palabras respecto al manejo de la comunicación en estas circunstancias.
- La comunicación no verbal supone más del 90% del significado recibido del mensaje. El contacto físico a través de un abrazo o sostener las manos brindarían contención, en ocasiones el silencio es aún mejor que decir palabras de consuelo a partir de comentarios inaceptables y que no tienen lugar en los principios éticos.



A continuación, se sugieren frases que se pueden utilizar y además de aquellas que se desaconsejan:

LENGUAJE SUGERIDO	LENGUAJE INAPROPIADO
“Siento lo que les ha pasado”.	“Sé fuerte”.
“Me imagino cuánto querían a ese bebé”.	“No llores”.
“No me molesta que lloren”.	“Ahora está en un lugar mejor”.
“La verdad, no sé muy bien qué decir”.	“Todo pasa por alguna razón, es el destino”.
“Tienes un bebé precioso/a”.	“No es el fin del mundo”.
“Me duele lo que estas pasando”	“Dios necesitaba otra flor en su jardín”.
“Aquí estoy para escucharte”	“Ahora tienes un angelito”.

PALABRA DE DIOS:

Sabiduría 3, 1-6

“Las almas de los justos están en las manos de Dios y ningún tormento podrá alcanzarlos. A los ojos de los insensatos están bien muertos y su partida parece una derrota. Nos abandonaron: parece que nada quedó de ellos. Pero, en realidad, entraron en la paz.

Aunque los hombres hayan visto en eso un castigo, allí estaba la vida inmortal para sostener su esperanza: después de una corta prueba recibirán grandes recompensas. Sí, Dios los puso a prueba y los encontró dignos de él. Los probó como al oro en el horno donde se funden los metales, y los aceptó como una ofrenda perfecta".

Este hermoso texto del libro de la Sabiduría nos muestra lo que ni nuestros ojos ven, ni nuestro corazón siente en relación con los que no han podido nacer por cualquier causa. Los bebés no nacidos por algún problema biológico y han sido abortados de manera involuntario e incluso, aquellos que deliberadamente han sido truncados en su desarrollo gestacional, las almas de todos ellos, indefensos e inocentes, están en las manos de Dios. Conocer esto, nos debe llenar de paz y de confianza en las promesas de Dios.

Aunque a los ojos de los hombres pareciera que la muerte de ellos ha sido una desgracia, el Dios de la vida saca cosas buenas, aún de los fracasos humanos y de las maldades de los hombres.

Los que han muerto en la inocencia, entraron en la paz de Dios y allí no les alcanzará ningún tormento.

La muerte involuntaria de un bebé, no es un castigo para los padres, ni una desgracia para los no nacidos, a ellos los ha sostenido de manera maravillosa, la inmortalidad de Dios. Los ha aceptado como una ofrenda perfecta y agradable a Dios.

Evaluación:

Escribir ¿Qué sentimientos te produjo el tema?

--

--

¿Cómo pueden enfrentar este duelo o ayudar a alguien más a enfrentarlo?

--

--

--

Referencias bibliográficas:

- * Tanatología. La familia ante la enfermedad y la muerte, María del Carmen Castro González Tri-llas, 2007.
- * BOWEN, M. (1976): Family reactions to Death. En P. Guerin (de.), Family Therapy. Theory and Practice, Gardner Press, Lakeworth, Florida.
- * BOWLBY, J. (1980): La pérdida afectiva. Paidós, Barcelona, 1993.
- * CATECISMO DE LA IGLESIA CATÓLICA. Santo Domingo: Librería Juan Pablo II, 1992.
- * Claramunt MA, Alvarez M, Jové R, Santos E. La cuna vacía El doloroso proceso de perder unembarazo. Madrid: La esfera de los libros; 2009.
- * López S, Pi-Sunyer MT. Morir cuando la vida empieza. Conocer y despedir al hijo al mismotiempo. Pamplona: Editorial Círculo Rojo; 2015.
- * Martos-López IM; Sánchez-Guisado, M del M, Guedes ACh. Duelo por muerte perinatal, un duelo desautorizado. Rev Esp Comun Salud 2016; 7(2):300-309. DOI: <http://dx.doi.org/10.20318/recs.2016.3454>.

TEMA 5

CRIANZA POSITIVA



OBJETIVO

Adquirir instrumentos y prácticas que como padres favorezcan el desarrollo, bienestar y crecimiento saludable de los hijos.

TEMA 5 CRIANZA POSITIVA

“Criar desde la crianza positiva es educar desde el respeto y el amor para que los niños de hoy se conviertan en adultos empáticos y autónomos que puedan expresarse y ser felices” (Marina Fernández).

Hablar de crianza no es nada fácil. Hay tantas formas y métodos como familias. Así como los tiempos cambian, los modos también, y todo lo que te contaron que “debías” hacer a la hora de estar frente a un niño, se desvanece en el preciso momento en el que la realidad nos sorprende cargando en brazos a nuestro hijo por primera vez. Es ahí cuando nos damos cuenta de que ser madre o padre implica responsabilidades de todo tipo. Entender y aprender cómo manejarnos con nuestros hijos y despojarnos de cómo fuimos criados, es sin lugar a duda, el mayor desafío.



Criar lleva tiempo, reinención, conocimiento y adaptación.

Criar es reconocer a los niños como individuos con derechos que deben ser respetados e irles inculcando las obligaciones adecuadas a su edad. Como padres somos responsables de su crecimiento y bienestar, nuestra piedra fundamental es la **crianza positiva**, cuyo principal objetivo es fomentar la relación entre nuestros hijos y nosotros como adultos, desde el respeto mutuo y la autonomía para que los pequeños se desarrollen de forma adecuada, logren alcanzar metas y se sientan bien consigo mismos y con los demás.



La primera etapa de desarrollo de un niño sucede principalmente dentro del grupo familiar donde, a medida que crece se suman otros miembros de la familia o del entorno que lo marcarán para toda la vida. Pensemos en nuestra propia historia: todo lo que hoy somos como adultos tiene relación directa con lo que hemos vivido en nuestra primera infancia. ¿Cómo hemos sido mirados, cómo hemos sido tocados, cómo nos han hablado, cómo hemos sido considerados?. Por eso, debemos ser muy conscientes de que nuestras acciones dejarán huellas para siempre en nuestros niños. Es nuestra responsabilidad impulsar su desarrollo hasta el máximo potencial.

En la aparición de este nuevo paradigma de crianza respetuosa con ideas maravillosas e intervenciones que parecen acertadas, nos debe cambiar el chip de la disciplina autoritaria, es decir, dejar de lado todos aquellos recursos que no deberían de ponerse en práctica en la crianza, como los castigos severos con los que muchos fuimos criados.

Como lo menciona Carina Schwindt, coautora del libro Nadie te enseña: “criar como padres desde el sentido común consiste en tomar decisiones por ti mismo, ser coherente entre lo que se dice y lo que se hace, ya que los pequeños nos imitan todo el tiempo”. Esta es la importancia de poder conectar con nuestros hijos como lo menciona Daniel J. Siegel “tiene algunos beneficios el poder redirigir la conducta inapropiada”, por lo que es de suma importancia tener en cuenta el siguiente proceso:



Sentimiento de importancia -> Conexión -> Receptividad -> Aprendizaje.

Con estos sencillos pasos se puede lograr que nuestros hijos pasen de un estado reactivo a uno receptivo para aprender. La receptividad es el resultado de la conexión, la sensación de conexión surge cuando nos sentimos importantes y tomados en cuenta. Es por esto que, si un niño se siente importante y escuchado, se sentirá aceptado y conectado, de tal manera que estará más receptivo a escuchar, pensar, aprender y tomar mejores decisiones.

En este tema de la crianza respetuosa, es muy importante tener en cuenta los pilares en los cuales se fundamenta, y de por qué como padres, debemos tener claridad de los siguientes aspectos:

1.- El vínculo.

Sánchez (2016) menciona que el vínculo entre los padres y los hijos es sumamente importante ya que de éste depende el desarrollo de los pequeños, de modo que la calidad del vínculo que se establezca es de vital importancia para su bienestar.

El poder vincularnos con nuestros hijos a cualquier edad puede ser muy sencillo, no es necesario gastar una fortuna en juguetes, juegos o viajes, sino todo lo contrario, en nuestro día a día lo podemos lograr, en algo tan sencillo como involucrarnos en sus actividades diarias, jugar su juego favorito, ver su película favorita o incluso leer un libro o un cuento, esto si, nuestros hijos son pequeños. En caso de que sean adolescentes, ocuparnos por sus temas de interés, por su deporte favorito, etc. En cada etapa de desarrollo de nuestros hijos, la manera de vincularnos se-



rá diferente y algunas etapas serán más sencillas que otras, lo importante aquí es, no dejar de vincularnos con ellos buscando siempre la mejor manera de hacerlo.

2.- Los límites.

El tema de los límites es crucial dentro de la crianza respetuosa, los límites que como papás ponemos a nuestros hijos, tienen que ser firmes sin caer en el autoritarismo. No debemos perder la visión del ¿para qué? estamos poniendo cada uno de los límites, y sobre todo tener claridad de que los adultos y los padres somos nosotros; y no esperar que nuestros hijos deban entender el ¿para qué? de dichos límites. Pues muy frecuentemente, ahí es donde como papás perdemos fácilmente el centro y nos enganchamos con mucha facilidad con lo que nuestros hijos hacen. Esto genera que al igual que ellos terminemos enojados y haciendo berrinche como ellos. Los límites debemos ponerlos desde nuestra claridad como padres y no desde el enojo que se genera cuando ellos no respetan dichos límites.



3.- Los valores.

Cuando se habla de valores, dentro de este tema no nos referimos a los valores morales como tal, sino a aquellos valores sostenidos desde nuestra conducta como padres o madres de familia, de aquellos valores que consideramos importantes dentro de nuestro hogar y familia. En este tema de los valores es importante tener la claridad de que, como padres, no somos perfectos y que la perfección no existe, porque muchas veces por intentar ser la mamá o el papá perfecto perdemos el rumbo de lo que es realmente importante.

Es por esto que, debemos tener en cuenta que, hacer lo mejor que nosotros podemos, es crucial en la transmisión de los valores. Un ejemplo de valores que no sean morales, puede ser: el valor de la paciencia, la empatía, la organización, por mencionar algunos. Una vez que tenemos claros dichos valores lo siguiente es ¿cómo yo los llevo a la práctica? y ¿cómo me gustaría que mis hijos los vivieran día a día?

4.- Comunicación.

María Julia Raimundi en su artículo. La comunicación entre padres e hijos: su influencia sobre el disfrute del adolescente, menciona que la comunicación positiva se vincula con una variedad de logros de nuestros hijos. La comunicación de nosotros como padres con nuestros hijos permite un desarrollo de un autoconcepto positivo en cada uno de ellos. En este punto, es importante tener en cuenta ¿cómo nos estamos comunicando con cada uno de ellos?, si lo estamos haciendo de una manera funcional o disfuncional. Por eso, desarrollar nuestras habilidades como padres, en el sentido de conciencia del otro, la conciencia de nosotros mismos y la empatía, son elementos clave para lograr una comunicación asertiva con nuestros hijos.

La comunicación no solo debe ser verbal, sino que también física. Recordemos que ésta se enseña a través del ejemplo. “Yo enseño a mis hijos a través de lo que yo hago”.

Concluyendo, la crianza respetuosa es un tema que actualmente nos ayuda a entender que la crianza, desde una ventana más consciente y desde el vínculo que desarrollamos y fortalecemos con nuestros hijos, es dejar de lado el estilo de crianza autoritario y enfocarnos en cada uno de nuestros hijos sin olvidar los cuatro aspectos anteriormente mencionados. Teniendo presentes estos pilares será más fácil llevar a cabo la crianza respetuosa y permitirnos como padres, estar más presentes en la vida de nuestros hijos.



PALABRA DE DIOS: Col 3,20-21

“Hijos, sed obedientes a vuestros padres en todo, porque esto es agradable al Señor. Padres, no exasperéis a vuestros hijos, para que no se desalienten”.

En la responsabilidad y derecho de educar a los hijos, los padres siempre van a encontrar múltiples propuestas y consejos, incluso, muchos papás caerán en la mundanidad posmoderna que educa en la permisividad y no en los valores humanos y cristianos que siempre serán la base que sostenga la integridad de cualquier persona en los momentos de prueba. Habremos de escuchar la Palabra de Dios que invita a los hijos a ser atentos, obedientes y respetuosos con sus padres, que los escuchen y que tomen de ellos su buena educación. Los padres de familia deben saber guiar con su ejemplo y con sus consejos a sus hijos para que logren una crianza oportuna y conveniente. No hostigarlos, pero tampoco dejarlos solos, hay que enseñarles y hay que orientarlos por los buenos caminos de la vida.

Por otro lado, todos tenemos siempre ese deber de honrar a nuestros padres y a cuidar de ellos cuando ya estén en condiciones de dependencia de los demás.



La comunicación entre los padres y con los hijos para generar vínculos, saber poner límites y transmitir los valores humanos y cristianos, es indispensable en esta misión de criar a los hijos. Siempre la Palabra de Dios nos ilumina para hacerlo de buena fe y con buena voluntad.

“Hijos, sed obedientes a vuestros padres en todo, porque esto es agradable al Señor. Padres, no exasperéis a vuestros hijos, para que no se desalienten” (Col 3, 20-21).

Evaluación:

¿Cuáles pautas de crianza positiva podrían integrar en la relación con sus hijos o sobrinos?

Referencias bibliográficas:

- *Schwindt C,(2022).Nadie te enseña. Editorial El Ateneo. Nadie te enseña: Guía práctica de crianza positiva - Carina Schwindt, Mariana Fernández - Google Libros
- *Siegel D, (2011).El cerebro del niño. Alba. (PDF) El cerebro del niño, Daniel J. Siegel | Romina Montanares - Academia.edu
- *Sánchez D, (2016).La teoría del vínculo y su importancia en el desarrollo infantil. La teoría del vínculo y su importancia en el desarrollo infantil - EnBrazos
- *Raimundi M,(2017).La comunicación entre padres e hijos: su influencia sobre el disfrute del adolescente. Revista de Psicología 26(2),1-14. 0719-0581-revpsicol-26-02-00092.pdf (scielo.cl)