



ABANDONO MATERNO Y PATERNO



**SOMOS
VALIENTES**

¿Qué es una familia?

La familia, de acuerdo con la Declaración de los Derechos Humanos, es el elemento natural y fundamental de la sociedad y tiene derecho a la protección de la sociedad y el Estado. Una familia debe ser pensada como un organismo vivo que se transforma con el tiempo y que además nunca es idéntica a otra. Cada familia se define a partir de lo que comparten sus miembros como la convivencia, el cuidado mutuo y valores como el respeto.

Tradicionalmente la familia se ha pensado como un grupo de personas que comparten lazos sanguíneos y que se tiene como columna vertebral una pareja que le ha dado origen; sin embargo, en la actualidad este modelo resulta insuficiente para describir la diversidad de familias que existen no sólo en nuestro país, sino en el mundo y es necesario reconocer todos los tipos de familias para brindarles el mismo respeto, pero sobre todo, los mismos derechos.

Para abrir la conversación

¿Qué tipos de familias conoces?

¿Has oído hablar de familias monoparentales o de familias ampliadas?

¿Qué es lo que tienen en común todos los tipos de familias que nos permite seguir reconociéndolas como tales?

En el episodio de Chiapas, la familia de David se modifica a partir de una pérdida, pero esa pérdida también trae aprendizajes y nuevas relaciones entre sus miembros.

Una familia no se desintegra, se transforma.

Si pensamos, que una familia es un ente vivo que se puede transformar, hablar de desintegración familiar es poner énfasis en “lo que le falta” a una familia que no se ajusta al modelo de familia tradicional y dejar de ver las fortalezas de todos los tipos de familia; pero si renunciamos a esa forma de pensar, podemos notar que lo que hace a una familia, no es quiénes la compongan sino el hecho de que todas apelan al mismo principio de cuidado, amor y vida en común.



¿Qué podemos hacer para adaptarnos a un cambio que puede ser doloroso?

- 1 Crear y reconocer redes de apoyo:** Siempre hay gente a la que valoramos y nos valora que puede acompañarnos en situaciones complicadas o dolorosas: amigas y amigos, familiares, maestras y maestros. Es importante reconocer que nunca nos encontramos en soledad absoluta y que es posible pedir apoyo.
- 2 Reconocer nuestras emociones:** Es importante permitirnos vivir el duelo y darnos espacio para reconocer nuestras emociones - positivas o negativas - nombrarlas, darles espacio, dejarlas ser, abrazarlas y aprender a colocarlas en nuestra vida de manera que nos permitan seguir avanzando.
- 3 Encontrar los aprendizajes de cada experiencia:** Aún en los momentos más dolorosos, los seres humanos construimos aprendizaje. Una estrategia para superar las pérdidas es reconocer lo que, en cada experiencia, hemos aprendido de la vida y de nuestra propia persona.
- 4 Aceptar que el cambio es parte de la vida:** Si observamos cualquier ser vivo a nuestro alrededor, la única constante que encontraremos en todos ellos es el cambio. Lo que está vivo se transforma constantemente, muchas veces los cambios no serán lo que esperábamos, sin embargo, afrontarlos nos hace crecer. Transformarse significa estar vivo.
- 5 Reconocer que somos valientes:** saber que somos capaces de adaptarnos a cualquier cambio que se nos presente, por adverso que parezca y reconocer que a través de este obtendremos aprendizajes y nos convertiremos en personas aún más fuertes es lo que nos hace valientes.

La resiliencia y sus estrategias

La resiliencia es la capacidad que tenemos las personas para afrontar los cambios, las dificultades, los problemas y las adversidades de la vida, superarlas, transformarlas y transformarnos a partir de ello.

David se adaptó a un cambio a partir de una situación dolorosa y decidió contribuir a que su familia siguiera siendo un entorno de paz para él, para su papá y para sus hermanas. David nos enseñó que el ser humano es un ser con capacidad de paz: paz con el entorno y con uno mismo, paz para lidiar con los conflictos y paz como una forma de ayudarnos unos a otros.

