

INSTITUTO TECNOLÓGICO Y DE ESTUDIOS SUPERIORES DE MONTERREY

ESCUELA DE GRADUADOS EN ADMINISTRACIÓN PÚBLICA Y
POLÍTICA PÚBLICA, CAMPUS CIUDAD DE MÉXICO

“EPD: Diálogo y Familia como Política Pública”



TECNOLÓGICO
DE MONTERREY

Sergio Daniel Michel Chávez

Biblioteca
Campus Ciudad de México

Proyecto de Investigación Aplicada

Maestría en Administración Pública y Política Pública

Asesor Dr. Miguel Ángel Valverde Loya

Diciembre, 2010

Resumen Ejecutivo

Hoy los altos niveles de violencia que se viven en el país desde hace algunos años son también explicables desde la perspectiva de la disfuncionalidad en la que viven millones de familias. Desde la academia se ha construido un amplio consenso con respecto a las causas y efectos de un círculo vicioso que comienza en un ambiente de violencia durante los primeros años de vida de una persona y que se manifiesta de diversas maneras en etapas futuras de su vida. En suma, la violencia se construye cotidianamente, y lo cotidiano se reproduce inter-generacionalmente.

Se debe de reconocer la magnitud de un problema que si bien comienza a gestarse dentro de la esfera privada de la vida de los individuos, termina por trascender al núcleo familiar generando altos índices de violencia generalizada. El estado tiene la obligación de actuar de manera contundente para atacar de manera proactiva un mal que se gesta en la familia pero que contamina a la sociedad en general. Si bien la desintegración familiar no es el único problema que el país enfrenta si constituye un caldo de cultivo para otros muchos.

El Espacio Protegido del Dialogo surge entonces como una propuesta a la cada vez más común desintegración familiar y a las múltiples consecuencias que para la sociedad mexicana este fenómeno conlleva. Se trata de un procedimiento de relativa simplicidad que integra elementos básicos de comunicación interpersonal para promover desde la familia experiencias de desarrollo e integración que eviten a los hijos de hogares disfuncionales reproducir el ciclo de violencia que viven en casa. A través de dos propuestas concretas se pretende socializar este recurso poderoso y viable que intenta construir un nuevo tejido social a partir de la familia:

- Desde el ámbito legislativo y judicial, implementar un proceso que tenga como finalidad que todos los padres en proceso de divorcio tomen conciencia del papel que juegan en la transmisión de patrones destructivos a sus hijos.
- Capacitar a maestros de educación básica en la metodología del EPD, para que, a su vez, éstos sean verdaderos agentes multiplicadores de una cultura de diálogo constructivo en sus respectivas áreas de influencia.

En un nivel más general o macro el EPD representa una alternativa viable para romper los círculos de violencia, pobreza e inconsciencia que estancan al país.

Índice

Resumen Ejecutivo	2
I.-Introducción	4
II.-Marco Teórico	7
A. Política Pública y Familia	7
B. El Diálogo	9
C. Los niveles de existencia cíclicos y la Dinámica Espiral	9
D. El enfoque centrado en la persona	10
E. La comunicación no violenta	12
F. Los círculos viciosos	12
G. Los momentos de sentimientos fuertes	13
H. Los niveles de cambio en el ser humano: el primero y el segundo orden	14
III.-Marco Metodológico	15
IV.- Investigación Toral	16
1. Descripción del Problema	16
A. Hogares disfuncionales y sus consecuencias: cifras y datos	18
Violencia Intrafamiliar	19
Maltrato Infantil	20
B. Desarrollo de la conciencia	22
2. El Diálogo	25
A. El dialogo como instrumento para el crecimiento	27
B. Consecuencias del no-diálogo en la separación : ‘triangulación’	28
3. El Espacio Protegido del Diálogo	29
A. Resultados preliminares de la práctica del EPD	32
4. La Familia y el Diálogo como Políticas Públicas	33
A. Familia, errores y soluciones	35
V.- Recomendaciones de Política Pública	38
VI.-Conclusiones	43
VII.-Bibliografía	44
Anexo A - Guía para el Diálogo	
Anexo B – Resultados del EPD	

I.-Introducción

La crisis permanente en que viven muchas familias en condiciones de graves carencias materiales es trágica, aunque en ocasiones no lo es tanto como las condiciones de pobreza emocional y su dificultad para convertir sus conflictos en oportunidades de crecimiento y de aprendizaje para sus miembros. La familia, sostienen algunos autores, posee el potencial para constituirse en un sistema inteligente para salir adelante y reencontrar su función original de ser un espacio privilegiado para el desarrollo de personas sanas, creativas, auto-realizadas, comprometidas, conscientes y éticamente responsables (Hendricks & Hendricks, 1990).

Las innumerables políticas públicas destinadas al ataque a la pobreza extrema, a las condiciones de inseguridad, así como a la promoción de la salud, la educación de calidad – y todo aquello que incide en indicadores internacionales de desarrollo humano– requieren algo más que recursos económicos y capacitación técnica. La intención del presente trabajo es proponer e impulsar alternativas obvias pero desapercibidas ante el riesgo de más y más fracasos con políticas públicas que no incluyan de manera paralela una consideración al *desarrollo de la conciencia*¹ desde la familia en un planteamiento que va más allá de la educación y el desarrollo de competencias para la vida.

La preocupación por la situación de violencia y desintegración familiar, sus causas y consecuencias tanto para el bienestar de las personas como para el desarrollo de la sociedad y del país, ha aumentado considerablemente en los últimos años. Aunque es necesario reconocer que a esta preocupación no ha correspondido una disminución del fenómeno, sino la persistencia y en algunos casos el aumento del mismo.

Existe un amplio consenso entre los estudiosos de la familia y su dinámica respecto del efecto reproductor de violencia social que generan las diversas formas de violencia familiar² (Corsi, Lorente, Rudo, Kurtz, etc.). La violencia que ocurre en espacios privados

¹ Mahrer describe el desarrollo de la conciencia como la inclusión de nuevos elementos, tanto del medio ambiente externo como de la experiencia interna, en la percepción del individuo.

² La violencia familiar es un problema de índole "privado" pero cuyas consecuencias trascienden el núcleo familiar y afectan al conjunto de la sociedad, convirtiéndose, así, en un problema social que implica una enorme derrama en salud, asistencia, procuración y administración de justicia. Es un problema que genera violencia social, tanto como fortalece la cultura de la impunidad. (Pérez Duarte, 2001)

como lo son el hogar afecta principalmente a los grupos más vulnerables como lo son las mujeres, los menores y los adultos mayores. A diferencia de la violencia ‘fuera del hogar’ (como los homicidios, el asalto o el secuestro), la violencia familiar ha sido menos atendida por el actuar del gobierno al ser un tipo de violencia ‘menos visible’; sin embargo, me atrevo a afirmar que ambos tipos de violencia están estrechamente ligadas y son parte de un mismo círculo vicioso, un círculo que puede romperse de ser favorecidas propuestas dirigidas a trabajar en el seno de la familia, tal como el espacio protegido del diálogo.

Con respecto a los niveles de violencia ‘fuera del hogar’ y ‘auto-infligida’, nada presumibles en el caso de nuestro país, México tiene un índice de 8.8 defunciones por cada 100,00 habitantes en muertes por homicidio y suicidio, muy por arriba de países desarrollados como Francia y España, cabe destacar que la tasa de suicidios ha crecido en un 250% en los últimos treinta años (INEGI, 2005). Aún cuando los datos referente a la violencia intrafamiliar no han sido objeto de un escrutinio tan detallado como lo ha sido la violencia fuera del hogar y la violencia auto-infligida, si se han realizado en la última década esfuerzos considerables por medir las proporciones de la violencia familiar, siendo principalmente dos las encuestas que podemos referir al respecto: la Encuesta Nacional sobre Violencia contra las Mujeres que realizó la Secretaría de Salud en 2003 (ENVIM), y la Encuesta Nacional sobre la Dinámica de las Relaciones Familiares realizada en 2003 y en 2006 (ENDIREH). Ambas encuestas representan un primer paso hacia un planteamiento de política pública que permita atacar el problema de manera integral.

Desafortunadamente, en el caso específico de violencia hacia los menores, más allá de los datos oficiales que presenta el INEGI (número de denuncias ante ministerio público y casos atendidos por el sistema DIF) no existen encuestas significativas que reflejen la magnitud del problema que representa la violencia hacia este importante sector de la población, aunado al hecho de la “legitimación social” del castigo físico y maltrato emocional como parte de la educación o crianza de un menor, que hace difícil tomar en cuenta un gran número de casos de violencia ‘moderada’ que nunca llegan a ser reportados.

En un intento por mejorar las condiciones de vida de millones de hogares a través del trabajo con la familia, el presente trabajo presenta una investigación que gira en torno a una propuesta concreta y viable en la promoción de la conciencia al seno de la familia. La

propuesta, que se denomina **Espacio Protegido de Diálogo**³, de acuerdo a sus autores, es un recurso de gran impacto para el desarrollo de la conciencia individual y colectiva; un camino viable para consolidar relaciones interpersonales estimulantes, significativas y enriquecedoras al seno de la familia; una palanca especialmente eficaz para convertir las crisis y conflictos en verdaderas oportunidades de aprendizaje y desarrollo humano accesible verdaderamente a cualquier familia.

La implementación de la metodología de los *Espacios Protegidos de Dialogo (EPD)* supone la disminución del comportamiento disfuncional al interior de las familias, con el fin de minimizar así el riesgo social que representan las familias rotas y mejorar la calidad de relación de pareja y su capacidad promotora de un ambiente de seguridad al interior de la familia con libertad para expresar y respeto para escuchar tanto en condiciones de armonía como de conflicto (Arce, 2008).

Experiencias traumatizantes que se viven en el núcleo familiar pueden ser transformables en experiencias de desarrollo e integración que eviten a los hijos de hogares rotos y/o disfuncionales reproducir el ciclo de violencia que viven en casa. Hoy los altos niveles de violencia que se viven en el país desde hace algunos años son también explicables desde la perspectiva de la disfuncionalidad en la que viven millones de familias. Si se analiza el problema desde una perspectiva micro-social, es decir con un análisis más minucioso de las historias particulares detrás de las estadísticas, se encuentra que detrás de la gran mayoría de delincuentes (en cualquiera de sus formas y modalidades) existe una familia disfuncional (Rudo, 1996).⁴

El reto es atacar el problema desde sus raíces, desde la familia y a través de un mecanismo simple y accesible, crear mejores seres humanos, más y mejor preparados para enfrentar la vida y sus obstáculos. Convertir la experiencia a veces inevitable de desintegración familiar en una verdadera oportunidad de transformación y toma de conciencia sobre el papel determinante que juegan los padres como perpetuadores de violencia y trauma emocional –las personas tienden a repetir los patrones que aprenden de sus padres–.

³ La propuesta metodológica “El espacio protegido del diálogo” es parte del libro del mismo nombre y se encuentra resumida en la Anexo A.

⁴ Existe un amplio consenso entre los académicos respecto al efecto multiplicador de la violencia intrafamiliar, tema que se explica a detalle en el capítulo primero (ver Corsi, Lorente, Kurtz & Rudo).

II.-Marco Teórico

El espacio protegido del diálogo invita al diseño de políticas públicas enfocadas al desarrollo humano al interior de las familias con el fin de construir una sociedad más sana y constructiva desde su raíz. Al incluir en un mismo contenido temas relacionados con el diseño de políticas públicas, así como de desarrollo humano y de preventología; resulta indispensable socializar al lector con las distintas corrientes teóricas y conceptos concretos que diversos autores han aportado y que he retomado para efectos de la elaboración del presente trabajo.

A. Política Pública y Familia.

Para el análisis y estudio de alternativas de políticas públicas se consideraron datos y cifras de instituciones como lo son la Organización Mundial de la Salud, el Instituto Nacional de Estadística y Geografía, entre otras. En el ámbito académico, son varios los autores que hacen mención de la importancia de considerar a la familia en el diseño de políticas públicas.

- *Manuel Ribeiro Ferreira*, en su libro ‘Hacia una política social de la familia’ señala la importancia de desarrollar programas de prevención de problemas asociados con la desorganización y la ruptura familiar. Para Ribeiro son varios los factores que han provocado un cambio radical en la dinámica de la vida familiar, entre los que se encuentran la industrialización, la globalización y en general los modos contemporáneos de convivencia familiar que han dado lugar una nueva dinámica demográfica en la familia (número de hijos, edad de casamiento, madres trabajadoras, etc.) así como un mayor número de variaciones en la integración de familias (madres solteras, parejas del mismo sexo, etc.). La necesidad de crear políticas enfocadas a atender las nuevas necesidades de millones de familias requiere propuestas innovadoras ahora más que nunca.
- *Martha Mauras*, investigadora experta en temas relacionados con políticas públicas y familia del CEPAL, ha argumentado a favor de un estado que promueva políticas

públicas encaminadas al ámbito familiar, a pesar de ser la familia parte de la ‘esfera privada’ de los individuos. Mauras retoma varios de los puntos señalados por Riveiro, y justifica la necesidad imperante por impulsar políticas públicas enfocadas a la familia a pesar de inmiscuirse en el ámbito privado de los individuos. La autora refiere que el estado debe tener políticas encaminadas a la familia dada la incapacidad de éstas por cumplir con su antiguo papel de educadoras en los valores sociales: *“La familia ha dejado de ser el lugar donde se da el sentido de pertenencia, de tradición, de amor, de comunicación y dónde florecen las relaciones afectuosas entre las personas.”* (CEPAL, 2005, p.2).

- *Lesemann y Nicol* en su comparación internacional de políticas familiares, nos muestran cómo desde hace algunas décadas son varios los países desarrollados –entre los cuales Francia es un modelo- que han adoptado políticas públicas enfocadas a la familia al considerar a ésta como una estructura elemental y necesaria de la sociedad. El núcleo básico de toda sociedad contemporánea no puede ni debe ser ignorado por el estado y sus políticas, por el contrario debe ser objeto de programas gubernamentales que promuevan a la familia y sus valores. En contraste con los países desarrollados, en países como México la política familiar únicamente se encuentra implícita en la regulación al matrimonio o en la protección a la infancia.
- *Alicia Pérez Duarte y Noroña*, consejera en la Misión Permanente de México ante Organismos Internacionales e investigadora del Instituto de Investigaciones Jurídicas de la UNAM, hace referencia a la controversia que gira en torno a políticas gubernamentales cuando estas interfieren en una esfera tan privada de los individuos como lo es el hogar y la violencia que en éste se puede suscitar. La autora justifica y promueve un actuar del gobierno enérgico y determinado para atacar las causas y los efectos de la violencia intrafamiliar, toda vez que, a decir de la autora, este tipo de violencia trasciende el núcleo familiar y afecta a la sociedad en su conjunto generando violencia generalizada: *“Es un problema –la violencia intrafamiliar- que requiere acciones de Estado firmes y claras para combatirlo y erradicarlo; acciones que se deben dar tanto en el ámbito legislativo como judicial; tanto en los sectores de educación, salud, desarrollo social, como de gobierno”* (Pérez Duarte, 2001).

B. El diálogo

En el marco del *Espacio Protegido del Diálogo* resulta indispensable referirnos a Martin Buber, pionero en el campo del diálogo y también conocido como “el filósofo del diálogo”. Tuvo un gran impacto en la filosofía, la pedagogía, la criminología y la psicología del desarrollo desde una perspectiva dialógica.

En su “Filosofía del Diálogo”, Buber se refiere al existencialismo religioso centrado en la distinción entre relaciones directas o mutuas (la relación "Yo-tú" o diálogo) en las que cada persona confirma a la otra como valor único. Es el primero en plantear la diferencia entre diálogo y monólogo. El pensamiento de Buber se refiere a la relación “yo y tú” como una relación de persona a persona en la que la palabra presente tiene un significado de permanencia y no de “ahora”; el ser humano es un ser para relacionarse que se afirma y crece en una triple relación: con los demás hombres (yo-tú) con el mundo (yo-ello) y con Dios (yo-Tú) (Buber, 1984).

El diálogo consiste, desde la perspectiva de Buber, en una conversión hacia el otro en cuanto su ser se transforma, asimismo, el diálogo debe asumir la presencia del interlocutor y decir en todo momento lo que se piensa, todo dialogo lleva al entendimiento y comprensión de una realidad ajena a la propia, permitiendo así una conexión entre los individuos que participan de ella.

C. Los niveles de existencia cíclicos y la Dinámica Espiral.

Clare Graves es uno de los estudiosos más connotado en el estudio de la conciencia y sus niveles de desarrollo tanto en el nivel individual como colectivo, temas que estaremos abordando en el desarrollo del presente trabajo. Graves se ha referido a los niveles de conciencia y a sus implicaciones en el marco del desarrollo social y humano en diferentes grados de desarrollo (individual, comunitario y global). Es reconocido por su teoría de niveles de existencia cíclicos emergentes (Emergent Cyclic Levels of Existence Theory),

misma que años después de su muerte fue retomada por Chris Cowan y Don Beck para formular la teoría de la Dinámica Espiral.

Para Graves la naturaleza humana resulta infinita y dinámica: cambia constantemente. A decir de Graves la naturaleza humana se adecúa a nuevas realidades y contextos dependiendo de las nuevas condiciones que se nos presenten: La psicología humana cambia, así como las reglas por las cuales regimos nuestras vidas. Los valores, las distintas visiones del mundo y las actitudes ante diferentes circunstancias son producto de condiciones cambiantes, al variar dichas condiciones, los seres humanos, las organizaciones e inclusive las sociedades evolucionamos a niveles de complejidad creciente. Los “niveles” de cambio y transformación humanos propuestos por Graves son descritos plenamente en su “Dinámica Espiral”. Para ejemplificar: ante un mismo suceso (digamos la resignación ante la pobreza extrema o ante los rampantes índices de corrupción en el país) reaccionaríamos de diferente forma dependiendo de las condiciones en las que nos encontremos (ya sea como sociedad, como organización o como individuos): Ej. El impacto mediático y la reprobación generalizada a un acto de corrupción o impunidad de los gobernantes no será el mismo en un país con una población educada en donde existe una sociedad civil altamente involucrada en todos los ámbitos nacionales; a la reacción que se puede esperar en un país sin una sociedad civil fuerte y cuya población se encuentra sometida en la desigualdad y la pobreza.

El modelo de Graves ofrece la cartografía necesaria para transformar una cultura y hacerla saludable y receptiva a la introducción al cambio rápido. En México uno de sus discípulos, Roberto Bonilla, ha esbozado un proyecto para avanzar el nivel de la población a un siguiente escalón en la escala de Graves.

D. El enfoque centrado en la persona

Carl Rogers es reconocido como uno de los pioneros más destacados en el ámbito de la psicología y educación humanista. Elementos esenciales en la propuesta de ‘*El Espacio protegido del Diálogo*’ han sido inspirados por Rogers quien a mediados del siglo XX propuso a la empatía como el centro de la psicoterapia actual. Las investigaciones de

Rogers sobre las condiciones necesarias y suficientes para el cambio constructivo de la personalidad establecen que cuando tres elementos básicos –**congruencia, empatía y aceptación incondicional**– están presentes con un mínimo de consistencia en una relación interpersonal, se estimula un cambio positivo en la persona (Lafarga y Gómez del Campo, 1990).

La promoción de dichas condiciones en el campo de la psicoterapia dio a Rogers renombre mundial como líder en la ciencia y en el arte de promover el cambio a través de un recurso poderoso y sencillo a la vez: la creación de un clima de seguridad psicológica. Marshall Rosenberg, autor y líder mundial en el área de la comunicación no violenta, y Juan Lafarga, promotor y pionero del Desarrollo Humano en México, son sólo dos ejemplos del impacto de Rogers en el surgimiento de la segunda generación de formadores del diálogo con conciencia social.

Encontramos que varios elementos clave de la propuesta de Rogers son retomados en la metodología propuesta para llevar a cabo un *Espacio Protegido del Diálogo*. La escucha, el reflejo, y el respeto por el otro, son claros ejemplos.

La psicoterapia de Rogers, de hecho, consiste en un ejercicio básico, eficaz y humilde. Sesión tras sesión el terapeuta no hace otra cosa más que escuchar; su atención completa está puesta en la experiencia de la persona. A lo largo de todo el proceso, el terapeuta se limita a reproducir lo que escucha, es decir a ofrecer una especie de eco de la experiencia del otro. No hay consejos, juicios, interpretaciones ni siquiera preguntas. El terapeuta graduado en este modelo llamado “Centrado en la persona” se limita a hacer algo poderosamente humilde: acompaña la experiencia del paciente, quien poco a poco, al reconocer sus sentimientos y necesidades, va aclarando y encontrando su propio camino, sus propias soluciones. La persona va develando dentro de sí respuestas, va descubriendo mayor armonía, aceptación e integración personal. El recurso básico utilizado en el proceso de escuchar es el Reflejo⁵ –término utilizado por Carl Rogers como parte de su terapia de la empatía.

⁵ **Reflejo** (también conocido como *reflejo de sentimiento*). Término introducido por Rogers en el lenguaje terapéutico para designar una respuesta de escucha. Hace alusión a la acción del espejo que refleja sin quitar ni poner lo que está enfrente.

E. La comunicación no violenta

Marshall Rosenberg, líder mundial en la promoción de la “comunicación no violenta”, ha enfatizado la importancia de conectar y expresar las necesidades propias y las emociones básicas para que la contraparte las pueda entender. *Me sentí herido, me sentí lastimado, me sentí frustrado, me sentí rechazado*, son formas honestas y constructivas de iniciar un proceso de diálogo y enfrentar el conflicto. En lugar de ello, la mayoría de los humanos utilizamos modalidades “más desconectadas” y disfuncionales; utilizamos la segunda persona y atacamos; ponemos etiquetas al otro: “tú eres un desconsiderado, eres un flojo, irresponsable, agresivo, deberías haber hecho, nunca debiste haber dicho”. De acuerdo con Rosenberg, los conflictos surgen ante la no expresión e insatisfacción de las necesidades particulares. Una necesidad no expresada inevitablemente produce depresión o agresión (Lafarga y Gómez del Campo, 1990).

La resolución no violenta del conflicto requiere necesariamente del reconocimiento y la escucha respetuosa de las necesidades del otro por incompatibles que parezcan con las mías, elementos que los *Espacio Protegidos del Diálogo* retoman. La expresión, formulada en primera persona, de una necesidad no es pues algo pasado de moda ni un asunto formal de menor importancia, es algo fundamental y facilitador en el proceso de *hacerle saber al otro lo que yo siento y lo que yo necesito sin ser invalidado* (Rosemberg, 2002).

Rosenberg ha sugerido que el conflicto humano se alimenta precisamente de necesidades no escuchadas, mismas que terminan por manifestarse en conductas ofensivas que van desde lo moderadamente ofensivo hasta lo abiertamente violento y destructivo.

F. Los círculos viciosos

“Lo que se aprende en la familia se replica en otros ámbitos a lo largo de la vida”; con esta aseveración se refleja lo que Santiago Ramírez observa como un círculo vicioso en el cuál los seres humanos tendemos a vivir las mismas emociones de la infancia una y otra vez (Ramírez, 1975).

El gran drama de los círculos viciosos se inicia precisamente cuando quien expresa un conflicto interno, una necesidad no satisfecha o un sentimiento fuerte cualquiera, lo hace sin las condiciones mínimas: de manera tan indirecta, tan poco clara, tan agresiva, tan fuera de lugar, tan provocadora, tan sarcástica... *tan automática*; provocando una conducta similar en el receptor.

En la misma línea que Santiago Ramírez, diferentes expertos en los temas de maltrato infantil y violencia intrafamiliar (Corsi, Lorente, Rudo, Kurtz...) hacen referencia al efecto multiplicador que genera la violencia intrafamiliar y el maltrato infantil, convirtiendo el problema en un círculo vicioso que se manifestará en etapas posteriores de la vida de aquel menor que haya sufrido algún tipo de violencia física o psicológica. Diversos estudios señalan la relación entre conductas delictivas y patrones disfuncionales en la familia de origen, mismos que se analizan más a detalle en el desarrollo del presente trabajo. El planteamiento central de esta hipótesis sugiere que detrás de cada secuestrador, asesino, asaltante o narcotraficante; *“hay patrones de comportamiento disfuncionales que son copiados y aprendidos, en la mayoría de los casos, en la familia”* (Corsi, 2003).

G. Los momentos de sentimientos fuertes

Para entender el proceso de construcción de un *Espacio Protegido de Diálogo*, es necesario elaborar sobre *El Momento de Sentimiento fuerte (msf)*. La Terapia Experiencial de A. Mahrer (1996) le da un valor especial como punto de partida a los MSF en el proceso de cambios profundos. Una de las aportaciones de Mahrer (Premio anual al mérito profesional en 1997 por la Asociación de Psicología Americana) al mundo de la psicoterapia, es justamente su convocatoria, simple y revolucionaria a la vez, de iniciar cada sesión, cada proceso de cambio, con una sencilla invitación: “Describe un momento de sentimiento fuerte, el primero que se te venga a la mente”. Así da inicio una sesión de terapia experiencial, desconcertante para aquellos practicantes ortodoxos de diferentes escuelas terapéuticas que prefieren hacer largas historias clínicas y diagnósticos para “enfrentar apropiadamente un problema”. Todo ello de pronto, en el modelo

Experiencial de Mahrer, se convierte en obsoleto, innecesario, largo y costoso (Mahrer, 2009).

H. Los niveles de cambio en el ser humano: el primero y el segundo orden.

Paul Watzlawick ha propuesto los dos primeros niveles de cambio que el ser humano practica: El primero y el segundo orden. El trabajo de primer orden corresponde a la forma más rústica de funcionar de las conciencias más primitivas. El funcionamiento de primer orden es no planeado, caótico e impulsivo; es reactivo y busca resolver nuevos retos utilizando las viejas recetas automáticas que funcionaron para otros tiempos y condiciones. Este tipo de supuesto cambio equivale a desperdiciar los cien disparos disponibles para una escopeta en blancos falsos o dirigidos a lugares donde no hay nada que cazar.

Por otro lado, los diseñadores del cambio de segundo orden, es decir los expertos en la planeación estratégica y prospectiva, buscan la promoción y la transformación a partir de un diagnóstico, a partir de localizar un déficit que corregir y de una perspectiva a futuro que asumir. En otras palabras, el cambio se traza a partir de la ubicación de áreas de oportunidad y de llevar a cabo y evaluar de manera sistemática acciones orientadas a promover en dichas áreas el mayor impacto posible. El enfoque sistémico apuntala los esfuerzos de segundo orden al permitir precisamente diseñar intervenciones capaces de promover avances notables en la organización. La planeación de segundo orden, estratégica o prospectiva, representa avances importantes en relación a la cultura del primer orden de hacer las cosas “con buena intención y poca planeación”. El segundo orden busca con la puntería adecuada provocar el máximo impacto en cada acción.

En el libro “El arte de amargarse la vida” Paul Watzlawick, menciona que la obsesión por modificar la manera de ser del prójimo, provoca paradójicamente una gran resistencia al cambio. La gente suele vivir programada por su intolerancia —modelada desde la infancia en la familia y en la escuela— a vivir amargada y a amargar al otro. Con el pretexto de la fidelidad a nosotros mismos —apunta Watzlawick— queremos ajustar la realidad a nuestras expectativas. Finalmente como la realidad es como es, no como “debería de ser”, más que estimular el cambio, nos quedamos promoviendo la parálisis, el “no cambio”.

III.-Marco Metodológico

La metodología empleada en las investigaciones que referimos (contenido y anexos) en la presente tesis son en su mayoría de tipo cualitativas, dado que se busca comprender el significado de las opiniones, interpretaciones y valoraciones personales. Se busca comprender la experiencia de los sujetos desde sus propios parámetros, modos de percibir y construir la realidad.

Dentro de las investigaciones referidas se encuentran estudios relativos a las repercusiones y consecuencias del abuso físico, psicológico y abandono de menores (ver cuadro 1). La finalidad es relacionar los patrones destructivos con los que crecen millones de menores y la repercusión en su vida como adolescentes y adultos. Cada uno de los estudios referidos utiliza metodologías específicas para llegar a sus respectivas conclusiones. Asimismo se hace referencia a la investigación que en el marco de la implementación del *Espacio Protegido del Diálogo* realizó Gonzalo Arce (2008).

Para el análisis de la información que se presenta en los anexos y para la realización de este proyecto se utilizaron elementos de los siguientes métodos:

- El método descriptivo que capta, analiza e interpreta los fenómenos percibidos en diferentes dinámicas y cursos/talleres; sin alterar ni manipular ninguna variable.
- El método observacional que describe y decodifica una acción natural con especial énfasis en la persona y en su experiencia subjetiva; atiende esencialmente a la comunicación verbal y no verbal.
- El método fenomenológico que enfoca la experiencia, la vivencia y la subjetividad, capta lo esencialmente humano de la realidad, tal cual aparece y tal cual es.
- El método comparativo que contrasta los tres momentos diferentes del proceso de la persona: previo a la implementación de EPD's, durante el proceso de implementación y posterior a la implementación cotidiana de EPD's. En este método por las características de la población y los instrumentos no estandarizados a utilizar se utilizara la estadística no paramétrica para el análisis de resultados (Anexo B).

IV.-Investigación Toral

1. Descripción del Problema

El problema de la desintegración familiar y la violencia generalizada que abordamos en las primeras páginas del presente trabajo debe ser entendido como parte de un círculo vicioso en el que la pobreza y la desigualdad son también elementos constantes. En México, a la par de un aumento en los índices de violencia también la brecha entre quienes más y menos tienen ha crecido sustancialmente, la Encuesta Nacional de Ingresos y Gastos de los Hogares 2006 evidencia la magnitud del problema, según sus cifras se debe multiplicar por 21 los ingresos de un hogar ubicado en el primer decil de la distribución, para que éste tuviese un nivel de ingresos igual al de un hogar promedio ubicado en el décimo decil. Sobra mencionar que para 2010 los niveles de desigualdad en México se mantienen como los más altos de la OCDE. Una y media veces más que el promedio de la Organización (OCDE, 2010).

El problema de la pobreza extrema y la desigualdad han sido enfrentados desde diferentes ángulos. En 1997 surgió el primer programa “CCT”⁶ de alcances masivos en Latinoamérica para el combate a la pobreza. De *Progresá* se convirtió durante el siguiente sexenio en *Oportunidades*, básicamente estos programas han buscado mejorar las condiciones de salud, educación y nutrición de los deciles más pobres de la población en México. Aunque en el sexenio del presidente Fox la asignación de recursos casi se duplicó y los índices de pobreza disminuyeron, en el siguiente sexenio observamos como vuelven a incrementarse. De acuerdo con el Consejo Nacional de Evaluación de la Política de Desarrollo Social (Coneval), en el 2006 había 14.4 millones de personas en condición de pobreza alimentaria, pero en el 2008 eran 19.5 millones. Del 2006 al 2008 el número de las personas en pobreza alimentaria aumentó a 18.2 %.⁷

⁶ CCT se refiere al término en inglés “Conditional Cash Transfer” que condiciona la transferencia de recursos económicos a las familias a cambio de hacer ciertas tareas que inciden en su capital humano (llevar a los hijos a los centros de salud para control de vacunas, llevarlos a la escuela, etc.).

⁷ La ‘pobreza alimentaria’ del Coneval es equivalente a la ‘pobreza extrema’ del Banco Mundial según estimaciones y marcos de referencia internacionales.

La pobreza extrema plasmada en la brecha entre quienes tienen mayor y menor ingreso es como una maldición que se transmite transgeneracionalmente en un ciclo que difícilmente se rompe. Desde los sesentas ya Gary Becker sostenía que el fortalecimiento del llamado *capital humano* era la manera de romper el ciclo de la pobreza y la desigualdad. Educación, salud y alimentación se han convertido en pilares básicos tanto en el modelo del capital humano como en el mejoramiento de los índices de Desarrollo Humano⁸. Los nuevos indicadores de Desarrollo Humano evalúan los avances de un país básicamente en términos de tres aspectos: salud, nutrición y educación. La inclusión de estos indicadores representa ya un avance en relación a las antiguas medidas puramente económicas utilizadas para evaluar el progreso de los países –como lo era el producto interno bruto o el ingreso per cápita–. Sin embargo, a pesar de los avances consignados, una de las grandes asignaturas pendientes –objeto del presente trabajo– sigue siendo el cuarto índice o el cuarto elemento del desarrollo humano: la conciencia.

Ashis Nandy ha sostenido en su análisis global de la pobreza que “*el eterno mito de erradicar la pobreza de todos los rincones del mundo a través del desarrollo económico yace hoy destrozado*” (Nandy, 2002). Este autor distingue entre la pobreza entendida según los indicadores mencionados versus el fenómeno de la *destitución* referida a aquellos sectores de la población que si bien pudieron mejorar su nivel de ingresos de forma marginal y han tenido acceso a más bienes de consumo, en realidad su calidad de vida ha disminuido porque han perdido algunos elementos básicos de calidad de vida –pertenencia, seguridad, arraigo, etc.– que hacen la diferencia para que un niño de dichos hogares pueda percibirse a sí mismo como un auténtico pobre; o aun siendo “técnicamente” pobre, según algunos indicadores, jamás considerarse como tal porque tiene la experiencia de vivir con dignidad (Nandy, 2002). Esto llega a ocurrir por lo general con los emigrantes del campo a la ciudad –o incluso a los Estados Unidos– que aunque eventualmente aumentan sus ingresos y nivel de bienes de consumo sufren una disminución en su calidad de vida, viven con más inseguridad y desarraigo: “*Los costos de la emigración recaen tanto en los países de origen, que pierden sus recursos más vitales, como sobre los propios emigrantes, por el desarraigo y la pérdida de oportunidades que marca su partida*” (Rosales, 2007).

⁸ Índice de Desarrollo Humano.- término utilizado en Naciones Unidas para evaluar y comparar el nivel de desarrollo entre diferentes países y regiones del mundo.

Aunque hay estados considerados como de alta peligrosidad, en general en todo México se percibe de manera manifiesta una ola de violencia e inseguridad sin paralelo en los tiempos actuales de aparente modernidad civilizada. El Departamento de defensa de Estados Unidos, por ejemplo, en su reporte *Joint Operating Environment 2008* ubica a México en el mismo nivel de Pakistán en cuanto a riesgo real de colapso social debido a que su infraestructura política, policíaca y judicial está toda infiltrada y presionada por organizaciones criminales. Surgen programas y políticas encaminadas a atacar el problema desde diferentes ángulos y perspectivas, desde la secretaria de educación se promueve el programa escuela segura, desde los institutos de la mujer se impulsan programas e investigaciones en torno a la equidad de género; existen asimismo centros de violencia intrafamiliar, centros de apoyo a víctimas, sociedades de padres, organismos públicos y de la sociedad civil, todos ellos decididos a coadyuvar en la solución a los grandes problemas que nos aquejan como país.

A. Hogares disfuncionales y sus consecuencias: cifras y datos.

Existe suficiente evidencia que muestra cómo la violencia en el hogar genera consecuencias negativas a mediano y largo plazo para los menores. Numerosos estudios apoyan la conclusión de que los niños que son víctimas o testigos de violencia en el hogar son más propensos a experimentar en su vida adulta problemas emocionales y de comportamiento, limitando su capacidad de ser ‘funcionales’ en su vida en sociedad (Rudo, 1996).

Como primer paso se debe de reconocer la magnitud del problema que se vive en millones de familias para ser asumido como un riesgo para la sociedad en general. En México y en el mundo se han realizado importantes esfuerzos por cuantificar la magnitud del problema; encuestas y estudios en la materia han sido desarrollados y hoy en día nos permiten esbozar una idea de la magnitud del problema que representan los hogares disfuncionales en donde el maltrato infantil y la violencia intrafamiliar son una constante. En nuestro país son dos las encuestas (ENDIREH y ENVIM) que en los últimos diez años

han medido la situación de violencia en los hogares, aún cuando no existe un instrumento común que facilite la comparación de los datos, ambas encuestas arrojan cifras alarmantes.

- **Violencia Intrafamiliar**

En un esfuerzo por obtener datos concretos sobre la prevalencia y magnitud de la violencia en los hogares mexicanos, así como su origen y causas, a iniciativa del Instituto Nacional de las Mujeres (INMUJERES), se definió el diseño y ejecución de la Encuesta Nacional sobre la Dinámica de las Relaciones en los Hogares (ENDIREH), misma que se realizó en el año 2003 y en el año 2006. La ENDIREH 2003 señala que las mujeres que viven situaciones diversas de violencia, ya sea sexual o física, tienen como origen una familia violenta, 45% y 39.6% respectivamente. (INEGI. 2006. Mujeres violentadas por su pareja. p. 58).

La Encuesta Sobre Violencia contra las Mujeres (ENVIM) se realizó a usuarias de servicios de salud públicos del país a iniciativa de la Secretaria de Salud, los datos de esta encuesta arrojan que una de cada cinco mujeres sufre de violencia en el hogar. En la mayoría de los casos el agresor es la pareja (74%). En este caso nuevamente la violencia en la infancia aparece como un antecedente importante que predispone a la víctima a sufrir subsecuentes experiencias de violencia en la vida adulta: 42.2% de las mujeres fueron golpeadas, 21.4% insultadas y 16.5% humilladas por parte de sus padres o familiares durante su infancia. Cerca de la mitad de los malos tratos en la infancia se reportan de manera frecuente (ENVIM, 2003).

A decir de expertos en la materia, la agresión a la mujer se da por igual sin distinción de estratos sociales: *“el único dato que se ha encontrado con una repercusión directa en este tipo de conductas, es el hecho de que tanto el hombre como la mujer han sido testigos o víctimas de malos tratos durante su infancia o adolescencia. Esta circunstancia facilita la interiorización del recurso a la violencia por parte del hombre para resolver sus conflictos con la mujer, y favorece que la mujer acepte como normal este tipo de comportamiento”* (Lorente. 2001. p. 76-77).

- Maltrato Infantil

En México no existen encuestas que permitan conocer con detalle la magnitud del problema de la violencia hacia los menores de edad, sin embargo en el plano internacional encontramos múltiples estudios que arrojan datos interesantes sobre las causas y efectos del maltrato infantil. Según investigaciones realizadas por la American Psychological Association, a medida que crecen los niveles de violencia en la familia, la probabilidad de que un niño también se involucre en comportamiento agresivo o violento cuando es adulto también aumenta: *“La gravedad del problema del maltrato infantil y del contexto que generan todas las formas de violencia familiar se ve acentuada por el elemento reproductor de violencia que contiene”* (Corsi, 2003, p. 29).

Aún cuando las cifras varían, existe un consenso entre los estudiosos y las instituciones que trabajan con el maltrato a menores, de que existe un círculo vicioso que comienza en un ambiente de violencia durante los primeros años de vida de una persona y que se manifiesta de diversas maneras en etapas futuras de su vida. Nuestra sociedad actualmente se ve amenazada por un fenómeno que resulta ser mucho más complejo de lo que parece y no existen políticas suficientes al respecto.

Niños que han experimentado conductas violentas en su familia frecuentemente tienen un deficiente rendimiento académico y problemas en sus relaciones interpersonales, además de una variedad de trastornos emocionales (Kurtz, 1993). Todos estos menores afectados, directa o indirectamente por la violencia, muestran comportamientos inapropiados que dificultan su correcto desarrollo físico y emocional.

Como se mencionó, diversas investigaciones muestran el impacto adverso que se genera en los niños víctimas de maltrato físico o verbal, no sólo a ellos como víctimas sino a la sociedad en su conjunto. El costo en términos monetarios para atender este fenómeno ya incrustado en la sociedad es difícilmente cuantificable dadas las múltiples consecuencias indirectas (salud, seguridad pública, educación, etc.) que genera a la sociedad en su conjunto. Por tal motivo estrategias preventivas deben ser consideradas en el desarrollo de políticas encaminadas a combatir este complejo fenómeno. A continuación se muestra una

serie de estudios realizados a niños y/o adolescentes con antecedentes de maltrato físico/emocional y/o abandono por parte de sus padres o tutores.

Cuadro 1

Estudios realizados a niños víctimas de violencia física					
Estudio	Grupo experimental	Grupo de comparación	Variables independientes	Variables dependientes	Conclusiones
Feldman et al. (1995)	106 niños víctimas de violencia física (8-12 años)	87 niños sin antecedentes de maltrato/violencia	Abuso físico (confirmado por agencia gubernamental)	Comportamiento, adaptabilidad y competencia social	Los niños maltratados físicamente tenían más problemas de comportamiento y menor capacidad para adaptarse. No se observaron diferencias en competencias sociales.
Kurtz et al. (1993)	22 niños víctimas de violencia física 47 niños abandonados (8-16 años)	70 niños sin antecedentes de maltrato	Abuso físico Abandono	Problemas de conducta Criminalidad y aspiraciones educacionales. Desempeño académico	Los niños maltratados físicamente tenían más problemas de comportamiento, menor rendimiento académico y repetían grados escolares con frecuencia.
Pelcovitz et al. (1994)	27 adolescentes víctimas de violencia física (Edad promedio: 15.1 años)	27 adolescentes sin antecedentes de abuso	Violencia /Abuso físico	Trastorno de estrés post-traumático, comportamiento conflictivo.	Los adolescentes abusados físicamente tenían más problemas de conducta e integración social.
Toth et al. (1992)	46 niños víctimas de violencia física 35 niños abandonados (7-12 años)	72 niños sin antecedentes de maltrato	Abuso físico Abandono	Sintomatología de Depresión Autoestima Problemas de conducta	Los niños abusados físicamente mostraron mayor depresión y menor autoestima.
Trickett (1993)	29 niños víctimas de violencia física (4 -11 años)	29 niños sin antecedentes de abuso	Abuso físico	Madurez Cognitiva Competencia física Competencia interpersonal Problemas de conducta	Los niños abusados físicamente mostraron menor capacidad de comprensión verbal, menor proclividad a realizar actividades deportivas. Niños (masculino) abusados resultaron ser más negativos y demandantes, las niñas especialmente calladas.

Fuente: Elaboración propia en base a información del 'Journal of Emotional & Behavioral Disorders' (Vol. 6, No. 2).

Con base en los resultados podemos afirmar que el incremento de la violencia que percibimos en nuestro día a día (al leer el periódico, al escuchar el noticiero o al sufrir algún robo, secuestro, etc.) puede ser asociado, al menos parcialmente, con factores de violencia intrafamiliar. La actual crisis de inseguridad y violencia en la que nos encontramos inmersos no puede ser explicada sin tomar en consideración la transmisión de patrones destructivos desde el interior de las familias a través de violencia física o verbal e inclusive a través de atestiguar actos de violencia al interior del hogar contra algún otro miembro de la familia.

Es pertinente señalar de entre las tres instancias sociológicas tradicionalmente consideradas como los gendarmes de la cultura y sus prácticas -la iglesia, la escuela y la familia- a la familia como una palanca especialmente importante en el trabajo de la cuarta opción para impulsar mejores condiciones de desarrollo humano, y por ende, mejores condiciones de vida: el desarrollo de la conciencia.

B. Desarrollo de la conciencia

El nivel de desarrollo de un país ha sido medido desde diferentes ángulos. Hasta hace algunos años los países eran evaluados y clasificados en base a su producto interno bruto o de su ingreso “per cápita”. Posteriormente se establecieron indicadores que permitieran medir de mejor manera el desarrollo de un país, principalmente a través aspectos sensibles como lo son la educación, la salud y los servicios básicos, para así conformar un índice general que representara una apreciación más completa del desarrollo de cada nación. Recientemente se han propuesto nuevos modelos para medir el desarrollo de un país mediante propuestas que ubiquen tanto a las personas como a los países en un continuo que trascienda los indicadores clásicos de educación y salud para llegar a un modelo aún más evolucionado, a una perspectiva que incluya a la conciencia como indicador del desarrollo de personas y países. La consolidación de un “Desarrollo Humano” desde éste enfoque de la conciencia, sin embargo, es todavía muy incipiente y poco conocido incluso para los responsables de programas gubernamentales de desarrollo social y humano.⁹

Paulo Freire, ilustre educador pedagogo brasileño consideraba que la educación sólo podía ser verdaderamente liberadora si era considerada como un proceso de toma de conciencia. De no ser así, afirmaba, solo se reproducen los patrones de alienación del ser humano en donde éste básicamente se ve a sí mismo como un objeto inerte de la historia sobre la que no tiene mayor injerencia (Freire, 1970). Aunque el término de conciencia es demasiado amplio y difuso, en el contexto del presente trabajo, significa el proceso de ampliar el horizonte de la percepción.

⁹ Clare Graves es un autor connotado que se ha referido a los niveles de conciencia y a sus implicaciones en el marco del desarrollo social y humano en diferentes niveles (individual, comunitario y global).

Desde que se tiene memoria histórica, los hombres y mujeres han buscado constantemente mejorar el mundo en el que viven. Desde lo político, social, cultural, económico, religioso, o cualquiera que sea la trinchera en la que diversos cambios se han gestado, las transformaciones rara vez han ocurrido en paralelo a un desarrollo de la conciencia personal, convirtiéndose muchas veces en modificaciones efímeras a la realidad contra la que se luchaba.

Como parte de la propuesta del EPD se puede visualizar una práctica totalmente diferente en la manera de relacionarnos y comunicarnos con los demás a través de la inclusión de un espacio donde la energía y atención de los contrincantes este en escucharse experiencialmente¹⁰ a través de sus experiencias concretas: las ideologías separan y contraponen pero solo las experiencias pueden conectar a las personas y permitirles construir realidades compartidas de un orden más complejo (Scott Peck, 1987). El dialogo protegido pues sería una alternativa al debate o al menos una condición previa a este que permitiría considerar el nuevo paradigma de Mahrer: ‘en el proceso de escucharse aparece la dirección del cambio’ (Mahrer, 1996).

Una conciencia primitiva o de primer orden¹¹, a decir de Watzlawick, percibirá que sus sentimientos y reacciones emocionales por ejemplo son producidos por personas *del mundo de afuera*: “los demás me hacen sentir bien”, “tú me haces sentir mal”, etc. El funcionamiento de las personas en modo de conciencia primitiva podría ser tal vez considerado como una curiosidad del funcionamiento humano sin mayores implicaciones. Sin embargo, la percepción “inocente” de una conciencia primitiva se encuentra en la raíz de muchas prácticas culturales destructivas de nuestra sociedad, incluidas las relaciones de violencia, la exclusión, la discriminación, la corrupción, y en el nivel micro, las relaciones disfuncionales (Watzlawick, 1976).

Aunque algunos han considerado que con la aparición en México de la alternancia de partidos quedo atrás un sistema autoritario y dominante, lo cierto es que aunque en la

¹⁰ Escucha experiencial.- Procedimiento creado por Alvin Mahrer para entrar en contacto con la experiencia profunda de la otra persona. Utiliza la descripción fenomenológica y el tiempo presente.

¹¹ Conciencia primitiva /de primer orden.- Se refiere a la conciencia de las personas cuya percepción no es sistémica sino lineal, limitada y de atribución externa. Entre más quieren cambiar al otro mas resistencia cosechan. Producen relaciones destructivas e ineficientes. El término genéricamente se refiere a la permanencia crónica en las primeras etapas del desarrollo de la persona.

estructura formal se ha dado dicha alternancia, diferentes fenómenos apuntan a la presencia de estructuras primitivas en las conciencias de las personas. Los comisionados de la COFETEL, por ejemplo, cediendo a las presiones de grupos de poder para ofrecer en ganga la frecuencia que después fue objeto de controversias en distintos foros; el padre Maciel y sus escándalos, la guardería ABC de Hermosillo, el enriquecimiento inexplicable de los hijos de la esposa del ex-presidente Fox. Todos estos casos tienen un común denominador: ocurren en condiciones de nula libertad interior para decir no a quien funge como la figura habitadora de la conciencia. Según el modelo de Alvin Mahrer (1996) sobre desarrollo de la conciencia, las personas pueden sobrevivir toda su vida e incluso llegar a posiciones académicas, profesionales o políticas de poder y sin embargo permanecer en un nivel de conciencia primitiva, es decir, un nivel donde la conciencia es habitada por alguien a quien le deben lealtad y en esa lealtad hacia la figura de autoridad se justifican diferentes actos de corrupción y prostitución. Quien le podía decir no a la esposa del presidente, o a la esposa del gobernador de Sonora, o al padre Maciel que necesito una amplia red de colaboradores para cubrirse de sus excesos...

En el marco de presente trabajo se propone promover, desde la familia y a través del desarrollo de conciencia, la construcción de un mundo menos corrupto, más transparente y constructivo... la posibilidad de crecer en conciencia está muchas veces más cerca de lo que suponemos: está en la capacidad de dialogar y aprender con quienes muchas veces nos cuesta trabajo convivir: de ahí la importancia medular del diálogo. La pobreza, inseguridad, corrupción, etc., han sido fabricados por el hombre y por ello una cuestión fundamental es iniciar el proceso de cambio de adentro hacia fuera; explorar y buscar soluciones a partir del hombre mismo para crear así un mejor entorno. Todos los problemas referidos son a la vez síntomas y causas, algunos requieren desde luego atención inmediata, sin embargo, llegar a la raíz requiere algo más que soluciones urgentes; requiere de un trabajo permanente a través de la familia, la conciencia y el diálogo.

La posibilidad de avanzar en el nivel de conciencia colectiva puede impulsarse a través de diferentes medios: terapias, consejos, libros, conferencias, sermones dominicales, programas sociales preventivos, de participación social, de apoyo a la familia y a la mujer, etc. Todos ellos en conjunto apenas tocan la superficie del problema y fracasan en sus

intentos de mejorar la calidad cotidiana de vida de las familias en un país sin políticas sociales definidas orientadas a la familia (Ribeiro Ferreira, 2004).

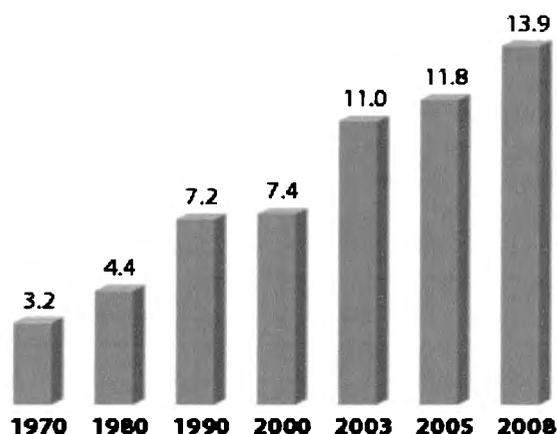
Ante todo esto surge un cuestionamiento: ¿Cuál es nuestra responsabilidad ante esta realidad que nos arroja como objetos de inercia de múltiples hábitos disfuncionales en nuestra manera de relacionarnos en nuestra familia y comunidad? ¿Esperamos a que termine la crisis, o se cumplan las reformas variadas que el país requiere: la depuración policiaca, leyes más severas contra el secuestro y el narcotráfico, la construcción de penales federales, el control financiero de los flujos de los carteles de la droga...? ¿Acaso nuestro actuar debe esperar a que cambien las condiciones estructurales generadoras de la pobreza extrema, el consumismo, la depredación ecológica, la impartición de justicia, la impunidad...? Todos estos elementos desde luego son importantes, sin embargo, las condiciones actuales de crisis nos confrontan a enfrentar el reto a partir de la célula donde se lleva a cabo la socialización del ser humano: la familia. La sociedad no es algo abstracto, la sociedad se construye y se recrea en la familia. “Y es precisamente en la familia donde el *Espacio Protegido del Diálogo* surge como un alternativa innovadoramente integradora, simple y accesible a cualquier familia y pareja con condiciones mínimas de disponibilidad para promover con el mayor impacto sistémico posible -a través de espacios breves de alta calidad de dialogo con libertad y conexión- la conciencia y el desarrollo tanto de la persona como de las relaciones al interior de la familia” (Michel y Chávez, 2009).

Una vez iniciado y practicado con consistencia el EPD, a decir de los autores de la propuesta, los dialogantes son capaces de continuar en un proceso natural -sin necesidad de especialistas externos- la construcción de sistemas inteligentes y autosustentables de promoción humana al interior de la familia, aun en tiempos de crisis.

2. El Diálogo

La comunicación deficiente genera consecuencias diversas en diferentes ámbitos de la vida en familia y en sociedad. Resulta cada vez más complicado alcanzar una comunicación realmente honesta y cercana al interior de las familias y entre la pareja después del matrimonio. Las cifras muestran como la violencia intrafamiliar (ENDIREH

2006), el maltrato infantil (Cuadro 1) y la separación del vínculo matrimonial son fenómenos cada vez más comunes. Los divorcios, aunque no reflejan fielmente la complejidad del problema, si son un indicador de lo que sucede al interior de las familias. Es común encontrar que conforme transcurre una relación, las ocasiones de comunicación significativa se van haciendo menos frecuentes, provocando muchas veces el divorcio.



Fuente: INEGI. Relación divorcios matrimonios 1970-2007.

Para 2008 se registraron catorce divorcios por cada 100 matrimonios, cifra que ha aumentado constantemente desde que se tiene registro (1970).

Resulta desalentador observar cifras y datos que reflejan relaciones familiares pobres en donde la desintegración y la violencia están cada vez más presentes. La familia común y corriente cada vez dedica menos tiempo y espacio a la convivencia familiar, entre los adelantos tecnológicos (celular, internet, televisión) y el poco tiempo disponible para la familia resulta complicado encontrar momentos en donde exista una comunicación significativa, libre y constructiva. Varios de los fenómenos destructivos que se pueden apreciar al interior de las familias, como lo son las triangulaciones y los “acting outs”¹², provocan un distanciamiento paulatino de los seres cercanos.

Ante el acting out, la triangulación, el conflicto, la crisis, etc., existe una alternativa para la promoción de la salud mental: el diálogo. El diálogo promueve las virtudes da cada uno

¹² Acting Out.- descarga de conflictos mentales que ocurre no a través de la expresión verbal sino a través de acciones o conductas frecuentemente agresivas. “Lo que no se habla se actúa” es pues la formulación popular de este fenómeno.

de los “los dialogantes”, llevándolos de manera natural a establecer nuevos límites y nuevas formas de relacionarse desde un lugar totalmente diferente al habitual. No desde la coerción y el castigo impuesto desde afuera como “medida correctiva y necesaria” sino desde un lugar de libertad y responsabilidad. Así, a través de la construcción del diálogo, especialmente en medio de circunstancias conflictivas y difíciles, surgen de manera a veces inesperada nuevas formas de comprender la realidad; de ver las cosas y de plantear y resolver “el problema”.

A. El dialogo como instrumento para el crecimiento

Desde la perspectiva del presente trabajo, el diálogo representa una herramienta invaluable que nos ofrece la posibilidad de convertir relaciones destructivas en espacios de crecimiento constructivo: “La diferencia entre una relación verdaderamente constructiva y una destructiva, descansa en gran medida no en la cantidad de conflictos que enfrentan sus miembros, sino en su capacidad de promover espacios protegidos y de calidad para el intercambio de las diferencias” (Michel y Chávez, 2009).

El reto del diálogo es convertir cada ocasión de conflicto, cada experiencia significativa, agradable o desagradable, en un instrumento que nos permita construir ambientes sanos y de crecimiento para las relaciones humanas en donde los dialogantes (sean padres e hijos, esposos, amigos, compañeros de trabajo, etc.) puedan interactuar de manera protegida. Para los autores del EPD el diálogo está compuesto de un tiempo y un espacio donde de manera protegida interactúan los dos recursos básicos de la comunicación interpersonal: escuchar y expresar.

Cuando dentro de un grupo, familia o pareja se dan las condiciones necesarias para establecer un diálogo se abre la puerta a la posibilidad de convertir las crisis en oportunidades y hacer de las diferencias acuerdos. El punto clave es tener la capacidad de asomarse al mundo del otro (del enemigo irreconciliable, personas con ideologías incompatibles y excluyentes o simplemente de la persona con una opinión contraria). Cuando una pareja o un grupo es capaz de invertir un tiempo para escucharse y compartir lo que cada uno es, siente y piensa, se dan cambios importantes e imprescindibles en la tarea

por lograr un desarrollo de conciencia que permita crecer a todos los involucrados en una relación.

Si cómo sociedad desarrollamos la capacidad de dialogar en los términos y condiciones que el EPD establece (Anexo A) podremos entonces comprender realidades ajenas a la propia, que nos permitan construir de manera gradual un país más tolerante y respetuoso de las diferencias. En la medida en la que una persona se siente escuchada y entendida aprende también a hablar y a expresar. De ahí que el diálogo permita el crecimiento, no sólo personal sino colectivo. El diálogo representa pues una invaluable oportunidad de comprender la realidad del otro para trascender un nivel de conciencia primitiva en el que sólo se percibe la realidad a partir de los propios esquemas, paradigmas estereotipos, prejuicios, ideologías...

B. Consecuencias del no-diálogo en la separación : ‘triangulación’¹³

Una de las propuestas que se esbozan en la parte última de la presente tesina es el trabajo con padres en proceso de divorcio para evitar que se transmitan a los hijos patrones disfuncionales, la triangulación es un fenómeno a través del cual los padres convierten a sus hijos en depósito de problemas no hablados entre los cónyuges: *“la triangulación de los hijos es la disfuncionalidad familiar que más repercusiones tiene en los divorcios”* (Linares, 2007).

La triangulación ocurre cuando los padres, generalmente inmersos en un proceso de separación, se enfrascan en una lucha por la posesión de un hijo, como si fuera este un simple objeto, de manera que las manipulaciones y descalificaciones de un cónyuge con respecto al otro, frente a los hijos, se hacen presentes en la dinámica familiar de manera cotidiana. Los esposos depositan en el hijo lo que no pudieron hablar entre ellos: la madre habla mal del padre y lo ofende frente a sus hijos; el padre a su vez ofende e invalida a la madre. No importa si este fenómeno se da abiertamente, también puede ser más discreto pero las consecuencias pueden llegar a ser igualmente destructivas para los hijos: El distanciamiento, el silencio, el sarcasmo, los comentarios casi imperceptiblemente

¹³ Triangulación.- Describe una situación en que los padres, en conflicto abierto o encubierto, intentan ganar, contra el otro, el cariño o apoyo del hijo. Connota un intenso conflicto de lealtades.

agresivos o el simple alejamiento afectivo son también formas de intercambiar rechazo entre los padres que los hijos finalmente perciben (Michel y Chávez, 2009).

En la separación de los padres el mantener el control sobre paradero y conducta de los hijos se convierte en un fin último sin importar los medios necesarios para lograrlo. Esta obsesión por ganarle la partida al ex conyugue utilizando a los hijos provoca trastornos variados en los hijos que pueden ir desde sentimientos de culpa hasta trastornos de personalidad. El fin de la triangulación es transmitir al hijo el rencor por la pareja: *“puede tener la impresión de que los padres llegarían a preferir rasgar el cuerpo de sus hijos (el espíritu se lo rasgan sin vacilar), antes que dejarles acceder al otro miembro de la pareja”* (Linares, 2006, pg. 56).

Los conflictos y traumas que en el proceso de separación sufren los hijos (quienes muchas veces pasan inadvertidos para los padres) generan en ellos patrones de comportamiento que muy posiblemente se reproduzcan más adelante en sus vidas. La incapacidad de manejar la separación de manera constructiva genera consecuencias muchas veces irreversibles en los niños triangulados que subsecuentemente se encargaran de reproducirlas con sus propios hijos

Aún cuando el divorcio por sí mismo no resulta ser un indicador del nivel de disfuncionalidad en la que viven un gran número de familias, nos permite identificar un posible foco de transmisión de patrones destructivos, de ahí la importancia de concentrar esfuerzos en los padres en proceso de divorcio, propuesta esbozada en la presente tesina.

3. El Espacio Protegido del Diálogo

El Espacio protegido del dialogo surge como una propuesta a la cada vez más común desintegración familiar y a las múltiples consecuencias que para la sociedad mexicana este fenómeno conlleva. Se trata de un procedimiento de relativa simplicidad que por un lado integra elementos básicos de comunicación interpersonal aportados por la psicología humanista de Carl Rogers y por el movimiento iniciado igualmente en los 40's por Lewin y colaboradores en los National Training Laboratories (NTL). La escucha activa, las reglas de la retroalimentación así como la rueda de la conciencia con sus cinco

elementos –sentimientos, pensamientos, deseos decisiones y acciones– son ya lugares comunes de casi cualquier curso de comunicación interpersonal.

¿Qué tiene entonces de innovador el *espacio protegido del dialogo*?... En el EPD se construye sobre los ya mencionados recursos que, sin embargo, cuando son colocados en un nuevo nivel de la espiral de la conciencia –como diría Clare Graves– con elementos potencializadores, de pronto dan forma a un recurso conocido y a la vez diferente y evolucionado, de alto impacto en la calidad de la relación. *Ese algo* que hace la gran diferencia potencializadora y convierte lo sencillo de un EPD en una experiencia transformadora es la integración de los elementos centrales en el modelo experiencial de Mahrer (1996). A decir de los autores del EPD, éste debe darse en un espacio verdaderamente reducido de un diálogo protegido –en términos cronológicos, no de profundidad– en donde la pareja, el padre e hijo, los hermanos, o cualquier par de personas con experiencia en común, se disponen a compartir un *simple* momento de sentimiento fuerte¹⁴. Con este inicio *bizarro* se trata de evitar el primer eslabón de un intercambio interminable, de una crónica anunciada centrada en “lidiar de manera interminable con un problema que hay que cambiar”... Es importante iniciar con el pie derecho en el recorrido hacia algo básico y poderoso: un espacio de conexión con libertad. La solución llega después, no antes: la dirección del cambio según sostiene Mahrer (2009), aparece durante el proceso. A este paradigma Michel y Chavez le han llamado de tercer orden para ubicar el modelo de cambio implícito en el EPD. Escuchar experiencialmente una *escena de sentimiento fuerte* se convierte así en un poderoso atajo para zafarse del pantanoso y desgastante espacio del problema (Olguin, 1998) donde los “contrincantes” hablan de sus conceptos, de sus *deberías*, de sus ideologías pero no de sus experiencias concretas e irrefutables.

El EPD, a diferencia de la psicoterapia, es un recurso viable que regresa a la pareja y a la familia común y corriente la posibilidad de acceder a una existencia más satisfactoria y no simplemente a volver a una normalidad que en el mejor de los casos como objetivo de la “psicoterapia” representa cierta ausencia de síntomas; algo bastante pobre en términos del

¹⁴ Ver marco teórico: ‘Los momentos de Sentimiento Fuerte’ (msf)

potencial humano para verdaderamente incorporar una mejor calidad de vida como lo ha sostenido Mahrer (2009).

A decir de sus autores, el *Espacio Protegido del Dialogo* es una propuesta de transformación social de adentro hacia afuera que resulta sencilla y accesible si la comparamos con la terapia tradicional. Cosechar resultados tangibles con un EPD es algo tan fácil y a la vez tan difícil. Es viable porque implica seguir reglas sencillas durante tiempos razonables. Sin embargo es extremadamente difícil porque requiere un mínimo de disciplina y consistencia. Las nuevas reglas no son en realidad difíciles, sin embargo, la persona se enfrenta a viejos hábitos. A decir de sus autores, la práctica del *Espacio Protegido del Dialogo* requiere desvestirse provisionalmente del propio ego. Usualmente cuando uno de los dialogantes comparte una experiencia, el ego del “contrincante” tiene el hábito de responder de diferentes maneras todas centradas en cambiar al otro –persuadir disuadir manipular-... “el EPD es como una práctica de meditación oriental que requiere silenciar la propia voz para entonces poder escuchar al otro y concentrarse en entender, en imaginar, en conectar la experiencia del otro... no en cambiarla” (Michel y Chávez, 2009).

El diálogo cuando es aplicado de manera disciplinada y sistemática, tiene el poder de convertir “las diferencias irreconciliables”, los conflictos, las crisis y las experiencias dolorosas en un verdadero catalizador para el desarrollo de la conciencia y la transformación interior. La práctica del EPD es una auténtica y maravillosa oportunidad de crecimiento, y de cercanía respetuosa.

El *Espacio Protegido del Diálogo*, sin embargo no surge espontáneamente de la buena voluntad ni del amor romántico, ni de sana intención de hacer el bien. El dialogo requiere, como se menciono con anterioridad, de ciertas condiciones mínimas (Anexo A) provisionales que lo hacen un espacio poderoso de transformación que permiten a la persona experimentar simultáneamente dos condiciones usualmente excluyentes: conexión y libertad.

El EPD, como cualquier metodología requiere por parte de los practicantes *condiciones mínimas de disponibilidad* que dependen en última instancia de los practicantes y de su interés y compromiso.

A. Resultados preliminares de la práctica del EPD

La evaluación y medición del impacto de la práctica del diálogo protegido es elemental si se pretende aplicar esta metodología a un nivel macro. En un esfuerzo por cuantificar de manera clara los efectos del EPD en la pareja (y por consecuencia, en sus respectivas familias) se realizó una investigación preliminar -Anexo B- con treinta y un parejas en el municipio de Irapuato en las instalaciones del Programa de Desarrollo Comunitario Zumar Contigo (Zonas urbano marginadas contigo) de Irapuato Guanajuato. Arce reporta que las parejas que tomaron parte en la investigación sufren, en su mayoría, de alguna problemática al interior de su familia: violencia intrafamiliar, desintegración familiar, alcoholismo, drogadicción, delincuencia, etcétera. El periodo de estudio fue de 6 meses y la intervención EPD se llevó a cabo durante cinco semanas.

Bajo la hipótesis central de que *la intervención a través de Espacios Protegidos de Diálogo permite mejorar la comunicación en la relación de pareja* se lograron evaluar los resultados de la intervención E.P.D. para determinar si mejora la comunicación en la relación de pareja. En este estudio las treinta y un parejas invitadas a practicar un “Espacio Protegido de Diálogo” fueron posteriormente clasificadas, de acuerdo a su evolución, en cuatro grupos. Cada uno de estos 4 grupos representó pues un diferente nivel de cambio registrado después del tratamiento en la calidad de su relación (en términos de cercanía con el conyugue, satisfacción personal, gusto e iniciativa por buscar y pasar tiempo con la pareja, mayor libertad para compartir –escuchar y expresar– experiencias significativas).

En el estudio –Anexo B- se pueda observar como el grupo de parejas que mayor número de veces practicaban los espacios de diálogo tuvieron a su vez un mejor resultado en su calidad de relación (apoyo positivo), mientras que el grupo control, en el cuál no se desarrollo la metodología del E.P.D. no mostro avance alguno.

Ciertamente la propuesta del EPD debe estar acompañada de esfuerzos por medir y evaluar sus resultados de manera sistemática, un estudio preliminar no refleja de manera definitiva el impacto del EPD en la relación de pareja y al interior de la familia, sin embargo, representa un primer paso en la difícil y costosa tarea por evaluar resultados de una propuesta que promete ser viable y de alto impacto.

4. La Familia y el Diálogo como Políticas Públicas

Antes de elaborar propuestas concretas de políticas en contra de la desintegración familiar y sus consecuencias resulta indispensable reconocer, tal como lo reflejan las encuestas y datos oficiales mencionados, que el fenómeno ha golpeado por igual hogares de todos los estratos socioeconómicos de una manera apabullante, desde la familia campesina cuando el padre emigra al norte hasta la familia promedio urbana con extenuantes horarios de trabajo que dejan poca o ninguna disposición para dialogar con calidad.

Sobre el tema, los autores de la propuesta refieren que los programas oficiales de desarrollo, participación social y apoyo a la familia con frecuencia tienen un impacto pobre en la realidad cotidiana, en la calidad de vida de las familias y en el desarrollo de la conciencia de sus miembros. Las relaciones interpersonales de pareja, por ejemplo, siguen la inercia de generaciones en donde la conciencia de cada miembro de la familia está programada de manera primitiva para culpar y querer cambiar a la otra persona pero no para voltear hacia adentro; para auto-descubrirse y aprender de sus propios errores.

En el estado de Guanajuato por ejemplo entre los ejes estratégicos de desarrollo está consignado el eje de la familia. Asimismo en la vasta mayoría los programas de gobierno en los niveles federales y estatales se menciona a la familia como eje fundamental. Sin embargo, en la práctica son reducidas o nulas las políticas encaminadas a lograr un desarrollo humano integral al interior de la familia. Múltiples programas están dirigidos a atender las nuevas necesidades del nuevo perfil demográfico de las familias mexicanas: las madres solteras y/o trabajadoras se ven beneficiadas con guarderías y regímenes laborales especiales; la educación, salud y nutrición de los menores en familias de escasos recursos representan año con año inversiones récord; el desarrollo de capacidades a través de capacitación y programas de autoempleo son también impulsados desde el gobierno; en fin, podríamos mencionar un sinnúmero de programas enfocados a mejorar la calidad de vida de las familias mexicanas. Sin embargo no existen políticas enfocadas a desarrollar el potencial de la familia como ente catalizador de las capacidades de sus integrantes. La posibilidad de promover el desarrollo humano al interior de la familia es viable en el marco de acción que representa el *Espacio Protegido del Diálogo*.

En un intento por ejemplificar la magnitud del problema y la solución propuesta, se pudiera comparar a los hogares disfuncionales con un fenómeno que vemos en las cárceles, en donde a pesar de su intención rehabilitadora, éstas terminan convirtiéndose en escuelas del crimen, a decir de Michel y Chávez la familia debiera ser el espacio privilegiado donde se fomenta de diversas maneras; la autoestima, la confianza en sí mismo y en los demás, la seguridad, los valores de justicia, honestidad, solidaridad, respeto, etc., sin embargo es también en la familia donde llegan a ocurrir buena parte de los aprendizajes más destructivos y las grandes heridas de la infancia que difícilmente se borran con el paso del tiempo para convertirse tarde o temprano en problemas que contaminan a toda la sociedad a través de generaciones y generaciones. Los padres finalmente transmiten a sus hijos de diversas maneras, y a pesar de su buena intención, toda su inseguridad, ansiedad, depresión, falta de sentido de vida, baja autoestima, su ausencia de reglas consistentes y razonables, su propensión a la violencia intrafamiliar y a las adicciones, etc.

Cada vez que un menor es lastimado, humillado, manipulado, abandonado... se propaga este problema de inconsciencia en el que tarde o temprano se repiten los patrones destructivos generación tras generación (Corsi, 2003). Hoy los altos niveles de violencia social en que vivimos son causa y efecto del grave problema que se vive al interior de millones de familias. Para los estados alrededor del mundo éste es un tema que cobra mayor importancia desde hace varios años. La Asamblea Mundial de la Salud número 49 celebrada en 1996, además de reconocer a la violencia como un problema fundamental de salud pública, instó a los estados miembros a tomar medidas urgentes para atender problemas derivados de la salud emocional.

De acuerdo con las políticas preventivas que en diversos ámbitos (económico, educativo, salud, seguridad, etc.) las administraciones contemporáneas han adoptado como propias, el trabajar con la familia a través de *Espacios Protegidos de Diálogo* para reconstruir el tejido social, representa un incomparable oportunidad de prevención del delito. Al socializar este recurso se pone al alcance del ciudadano común y corriente --con implementación inmediata y no hasta que se arregle la macroeconomía, la corrupción y la inseguridad-- la construcción gradual de una nueva cultura de diálogo y de participación capaz de transmutar la función de la familia en un verdadero espacio de promoción humana y no

solo como instancia sociológica transmisora del ciclo transgeneracional de trauma, disfuncionalidad, pobreza y violencia (Dutton & Hart, 1992).

La sociedad paga un enorme costo por el grave problema de la desintegración familiar y las relaciones cotidianas de violencia. No sólo el hogar, también el trabajo, la escuela y todos los espacios donde se desarrolla la vida social y pública de un individuo se ven afectados por un fenómeno que requiere atención inmediata. En términos económicos el impacto no es menor, tan solo en el ámbito laboral, la Organización de la Salud distingue diversos costos, tales como los años de vida saludables perdidos, el ausentismo laboral y escolar, los accidentes, enfermedades diversas, y la indudable disminución de la productividad (OMS/OPS, 2003).

Los esfuerzos que en nuestro país se han realizado desde la sociedad civil, el gobierno y la academia han tomado fuerza y son cada vez mayores. Actores diversos plantean soluciones igualmente diversas ante una desintegración familiar que golpea a todos por igual, dándole al problema la relevancia que merece para reducir su prevalencia y atender de manera integral las consecuencias que produce en las diferentes esferas de los millones de afectados. La idea planteada en este trabajo y retomada de la propuesta original del EPD propone comenzar ya, de una manera concreta, a partir del hogar. Se trata de convertir a la familia en un espacio de crecimiento emocional sustentable mediante la implementación de políticas públicas encaminadas a atender el bienestar de la familia de adentro hacia afuera. Promover un crecimiento sustentable al interior de la familia quiere decir que no se requiere construir una dependencia, otra más, de un especialista o agente ajeno para mantener un proceso de sanación y desarrollo continuo en la familia: “La familia posee un gran potencial; la capacidad de salir adelante por sí misma y reencontrar su función original de ser espacio privilegiado de desarrollo a través del recurso viable y de gran impacto: *El Espacio Protegido del Diálogo*” (Michel y Chávez, 2009).

A. Familia, errores y soluciones

Aún cuando supuestamente es la familia un espacio para la transmisión de valores, sentido de pertenencia, auto-estima y confianza, es también donde llegan a ocurrir los

aprendizajes más destructivos, traumáticos y disfuncionales. Tenemos que reconocer con pesar que la familia más y más se ha encargado de transmitir patrones destructivos que con dificultad se borran al paso del tiempo para convertirse en “herencias invisibles”, que contaminan de mil maneras a toda la sociedad por generaciones y generaciones. Hoy en día los altos índices de violencia y corrupción, no se pueden explicar sin tomar en consideración el papel que la familia juega en la formación y perpetuación de la violencia, la drogadicción, el secuestro, los asesinatos...

Resulta común encontrar hijos abandonados y lastimados, padres ausentes y distantes que replican y transmiten lo que aprendieron desde pequeños, en el mejor de los casos un hijo abandonado o invalidado se convertirá en un padre igualmente que abandona e invalida, en el peor de los casos un hijo que ha crecido rodeado de violencia doméstica se convertirá en un sicario o un secuestrador. Lo cierto es que la velocidad con la que los traumas se transmiten de generación en generación es apabullante, los porcentajes de violencia intrafamiliar y maltrato infantil son cada vez mayores y abonan a una sociedad violenta y corrupta.

Independientemente del nivel de ingresos y de la escolaridad de los padres, millones de familias viven inmersas en relaciones pobres. No es suficiente la buena intención de los padres para crear ambientes constructivos que permitan el desarrollo de los potenciales de cada miembro de la familia. Los padres terminan repitiendo patrones de relaciones que aprendieron cuando niños, mostrando muchas veces la misma intolerancia y torpeza en su relación con sus hijos que a su vez observaron durante su infancia. En otras palabras un papá o una mamá no pueden enseñar lo que nunca aprendieron, es así cómo tarde o temprano terminan por depositar en sus hijos las descalificaciones, heridas personales y carencias que sufrieron cuando niños. En la gran mayoría de los casos, a decir de Michel y Chávez (2009) los traumas que se generan en la familia suceden de manera cotidiana e inadvertida.

En la misma familia se producen cotidianamente y con variedad de tamaño e intensidad: malentendidos, resentimientos, heridas, envidias, abandonos, decepciones... entre esposos, entre padres e hijos, entre hermanos; resulta entonces difícil encontrar de manera natural el camino del acercamiento y de la conexión. Para romper el círculo vicioso mediante el cual

se repiten patrones destructivos a través de generaciones y generaciones, es necesario mucho más que una buena intención. La única manera de trascender tantas automaticidades irracionales y destructivas que saturan el repertorio humano es por el camino del desarrollo de la *conciencia*. Al igual que los paradigmas, las formas automáticas de percibir, de pensar y de actuar de las personas suelen romperse mediante un proceso abrupto —no gradual— de expansión de conciencia. Además de la buena intención es necesario desarrollar la capacidad de mirar hacia adentro: “*quien no ha aprendido a observarse a si mismo y a dedicarle tiempo y energía a su propio crecimiento está condenado a repetir los mismos patrones que aprendió: quien fue abandonado, suele abandonar; quien sufrió abuso sexual suele abusar; quien fue agredido física o mentalmente suele asimismo ser agresivo*” (Michel y Chávez, 2009, p.16).

Aunque actualmente se han desarrollado nuevos tratamientos centrados en el reprocesamiento e integración de experiencias traumáticas, cuya consigna es el máximo impacto en el mínimo tiempo, muy pocos en realidad tienen acceso a estos procedimientos que suelen ser elitistas. *El Espacio Protegido del Diálogo* no está pensado para ser propiedad exclusiva de un terapeuta sino de la familia que habita en modestas o elegantes casas de nuestro país: *El espacio protegido del diálogo* busca salidas constructivas ante relaciones fragmentadas que reproducen los patrones destructivos que tanto nos dañan como sociedad. El niño que en su infancia fue golpeado, hostigado y no escuchado, en su vida adulta muy probablemente tenga problemas para vivir sanamente en sociedad, recordando el ya citado argumento de Jorge Corsi: “*La gravedad del problema del maltrato infantil y del contexto que generan todas las formas de violencia familiar se ve acentuada por el elemento reproductor de violencia que contiene*” (Corsi, 2003, p. 29).

Los daños que se generan al interior del seno familiar a través de lo que pueden parecer simples sentimientos guardados, expresiones reprimidas o conflictos no hablados se transforman tarde o temprano en algún tipo de violencia hacia los demás o hacia sí mismo. Las conductas disfuncionales al interior de las familias resultan tan complejas que no pueden ser combatidas por simples medidas punitivas, es necesario trabajar desde el interior del seno familiar para modificar dichos patrones negativos de conducta: se trata de construir un nuevo tejido social a partir de la familia.

Para ejemplificar un poco me refiero a la película *secretos de familia*, en la que se narra la historia de una madre que vive en una bonita casa en aparente armonía hasta que un día al ver a su hija jugar con su padre de pronto tiene una sensación fugaz pero aterradora: aparecen en su mente destellos de su experiencia de abuso sexual con un tío que inicialmente jugaba inocentemente con ella mientras gradualmente ganaba su confianza. La mujer al ver la escena y evocar difusamente su propia experiencia se pone histérica y le pide al marido que no juegue más así con la niña. Ni él entiende la razón ni ella lo puede explicar, y se inicia así la primera de una serie de discusiones que comienzan a afectar paulatinamente la calidad y cercanía de la pareja. Estos recuerdos de pronto alborotados comienzan a perseguirla cada vez más hasta que un día en un paseo familiar no soporta ya el hostigamiento de sus memorias y se arriesga con su mejor amiga a explorar el tema.

La escena del “intento de confesión” describe como la amiga se pone a dar consejos, sugerencias y sermones que dejan peor a la atormentada mujer que no puede así iniciar el camino de la transformación de una vivencia difícil en un aprendizaje constructivo. Esta escena muestra con patética claridad el arte de desaprovechar las maravillosas oportunidades que ocasionalmente da la vida para escuchar de manera experiencial.

Por un lado el aprendizaje de la violencia (en sus diversas manifestaciones) parece invadir tan rápida y silenciosamente a la sociedad a través de sus familias, y por el otro, los tratamientos correctivos, reitero, parecen llegar a destiempo y ser tan inaccesibles.

V.-Recomendaciones de Política Pública

La desintegración familiar y sus consecuencias se han convertido en una problemática que nos atañe seriamente y representa una verdadera área de oportunidad, una ocasión para la proactividad. Para el estado, con sus instituciones jurídicas, de salud y de seguridad resulta altamente costoso el no abordar de manera propositiva el problema de la desintegración familiar que, como ya se mencionó, ‘si bien no es el único que el país enfrenta, si constituye, podemos afirmar, un caldo de cultivo para otros muchos’.

Atender la problemática mediante políticas públicas encaminadas a mejorar la dinámica al interior de las familias a través del diálogo constructivo y tolerante a las diferencias sería

sin lugar a duda un primer paso para contrarrestar de manera significativa las consecuencias negativas de la disfuncionalidad en la que viven un gran número de hogares uniparentales, reconstruidos, tradicionales.... En el entendido de lo expuesto se plantean dos propuestas que esbozan políticas públicas concretas dirigidas a crear una sociedad más sana y promotora de seres humanos capaces de enfrentar sus diferencias constructivamente y convertirlas en oportunidades que potencialicen su desarrollo.

1. Impulsar Legislación que obligue a los padres en proceso de divorcio a tomar conciencia de su papel como promotores de una cultura de violencia.

Las parejas inmersas en un proceso de divorcio representan sólo una mínima parte dentro del universo de disfuncionalidad en el que viven un gran número de familias. Sin embargo, las circunstancias y condiciones propias de una separación en dónde hay hijos menores de edad de por medio se convierte en una condición de alto riesgo para que, a través de mecanismos como la *triangulación*, los padres trasmitan a sus hijos patrones destructivos con consecuencias devastadoras. Los padres, a pesar de su mejor intención y de todo el amor que pueden tener por sus hijos, no son conscientes del daño que pueden provocarles en un proceso que ya por si mismo resulta difícil y doloroso para los menores.

El *Espacio Protegido del Diálogo* surge como respuesta a la triste función de los padres, que durante el proceso de divorcio, pueden llegar a convertirse en promotores involuntarios de maltrato, incapaces de promover espacios de reconciliación y de verdadero desarrollo personal para sus hijos.

Contexto: Los conflictos y traumas que en el proceso de separación sufren los hijos (lo cual muchas veces pasa inadvertido para los padres) generan en ellos patrones de comportamiento que muy posiblemente se reproduzcan más adelante en sus vidas, tal y como lo demuestran los distintos estudios mencionados en páginas anteriores. La incapacidad de manejar la separación de manera constructiva genera consecuencias muchas veces irreversibles en los hijos. La propuesta del EPD representa la posibilidad de

implementar acciones sistemáticas para reducir la conversión de niños con padres en proceso de divorcio en jóvenes con alto riesgo de conductas delictivas y disfuncionales.

Dirigido a: Padres de familia involucrados en un proceso de divorcio que tengan hijos de hasta dieciséis años. En México el número de divorcios asciende a 14 por cada 100 matrimonios, una tasa que se ha mantenido en constante aumento de 1970 al 2008.

Objetivo:

- a) Crear conciencia entre los padres en proceso de divorcio del daño irreversible que pueden causar a sus hijos por manejar de manera irresponsable sus conflictos de pareja.
- b) Proveer a dichos padres con herramientas, construidas a partir de un proceso de toma y desarrollo de conciencia, para manejar constructivamente sus conflictos de intereses y llegar a un acuerdo básico de no triangular a los hijos implicados.

Consideraciones Económicas: Se pretende crear el mayor impacto con el menor presupuesto posible; los programas de concientización se implementarían a través de instituciones presentes en todas las entidades federativas como lo son los tribunales del poder judicial y los DIF estatales. Al tratarse de una política preventiva que trata de erradicar la perpetuación del ciclo de violencia en la sociedad a través de la familia estaríamos reduciendo significativamente gastos por conceptos como readaptación social, atención psicológica, médica, etc.

Consideraciones Técnicas: La implementación se podría llevar a cabo primero a través de un programa piloto que permita realizar las adecuaciones antes de implementarlo a gran escala, se sugiere tener como base los municipios y actuar a través de los DIF municipales en coordinación con los partidos judiciales presentes en cada municipio. La conformación de un cuerpo bipartito sería indispensable (en dónde ambas instituciones, DIF y el Poder Judicial de los Estados, puedan coordinar el programa de manera eficiente). Se considera que un programa para la implementación de dichos talleres requeriría de personal profesional –psicólogos, trabajadores sociales, profesores— todos ellos contarían con una

mínima capacitación de cuarenta horas y material audiovisual de apoyo consistente en algunos videos y películas didácticas fácilmente reproducibles con un cañón o un reproductor de DVD y una pantalla de televisión de tamaño variable de acuerdo al tamaño de la audiencia.

Consideraciones Generales: Si nuestra hipótesis de trabajo sobre el impacto de la práctica del EPD es válida; las personas que lleven a cabo este ejercicio de diálogo serán capaces de construir de manera autosustentable ambientes inteligentes para el manejo del conflicto y la búsqueda de soluciones creativas y constructivas ante las diferencias. Para documentar el efecto del recurso propuesto será necesario el registro cualitativo de las experiencias grupales e individuales, así como la implementación de instrumentos de medición para cuantificar la reducción en los índices de violencia con diferentes indicadores y en diferentes áreas geográficas y niveles de gobierno (comunidades, municipios, estados y federación).

2. Trabajo con maestros de educación básica para socializar el EPD entre familias con hijos en primaria y secundaria.

En México la cobertura en educación básica es prácticamente universal. El sistema de educación básica representa el instrumento por excelencia para socializar un recurso que promete mejoras en la dinámica familiar de quiénes lo practiquen. La propuesta de hacer parte del proyecto de implementación al sistema educativo, con una infraestructura propia y con recursos humanos potencialmente aprovechables, asegura el impacto en un mayor número de familias. Los maestros y maestras, una vez capacitados como facilitadores del diálogo, serían parte fundamental para llevar el EPD a las familias cuyos hijos se encuentren inscritos en sus escuelas.

Contexto: La sociedad reclama a las Instituciones Educativas la formación de personas conscientes de sí mismas y de su entorno. Los maestros pueden y deben ser agentes de cambio en la construcción de una sociedad más sana promotora de seres humanos íntegros.

Implementar de manera sistemática a través de las instituciones educativas existentes programas de desarrollo humano resulta viable y poco costoso.

Dirigido a: En una primera instancia se pretende capacitar a los maestros de educación básica para que estos, a su vez, sean responsables de socializar este recurso entre sus estudiantes y sus familias.

Objetivo: Hacer de los docentes agentes de cambio en su ámbito tanto social como profesional, capaces de promover dentro de los grupos en los que se desenvuelven, actitudes responsables que favorezcan el desarrollo humano y faciliten procesos de comunicación

Consideraciones Económicas.- La viabilidad económica representa un elemento fundamental en la propuesta, se pretende llevar a cabo sin la necesidad de crear una nueva dependencia que implique nuevas instalaciones y una costosa administración. A través de los recursos humanos y materiales con los que ya cuentan las secretaría de educación de los estados y los magisterios (personal administrativo, espacios físicos como los son las escuelas) se puede capacitar a los maestros y acreditarlos por parte de la propia secretaría de educación del estado, (se sugiere que la acreditación tenga valor escalafonario como una motivación adicional para que los docentes se capaciten en la materia).

Consideraciones Técnicas.- Crear un programa bien estructurado en dónde se delimiten los contenidos y actividades de la capacitación a docentes. Las secretarías de educación estatales deberán coordinar el proceso de capacitación, mismo que deberá proveer a los participantes de instrumentos prácticos (Metodología CAI, Escucha Experiencial, Comunicación Asertiva) para ser aplicados en sus áreas de influencia (salón de clases). El tiempo pretendido para la capacitación es de seis meses (sesiones de cuatro horas cada quince días). Posterior a la capacitación se sugiere acreditarlos a través de la aplicación de un examen en el que se acredite su conocimiento adquirido como facilitadores del diálogo.

VI.-Conclusiones

El EPD es un recurso viable y de alto impacto para la consolidación en el hogar de relaciones humanas significativas y sanadoras. Hogares ubicados en distintos puntos del continuo funcionalidad-disfuncionalidad pueden ser indistintamente favorecidos con la promoción de *Espacios Protegidos de Diálogo*. En la búsqueda urgente de medidas innovadoras para hacer frente a una crisis generalizada de violencia en el país, de pronto no se recurre a los lugares comunes como la creación de empleo, la inversión, creación de vivienda... El EPD se presenta como una práctica de engañosa simplicidad que desde otra perspectiva no pretende resolver todos los problemas del país pero sí contribuir, sin consumir grandes recursos económicos ni tecnológicos, al proceso sistemático de evolución y mejora continua del país de adentro hacia afuera, es decir de la familia al resto de las estructuras sociales y económicas.

Así como Jeremy Rifkin, economista prominente, en su libro ‘La Civilización Empática’ afirma que tanto el ecocidio como los, llamados por él, colapsos financieros y energéticos que amenazan gravemente la sobrevivencia de nuestro planeta pueden ser resueltos solo desde el espíritu de la empatía y la conexión inteligente entre los humanos; es desde la perspectiva de este trabajo que a partir de la familia es posible promover una sociedad empática y un verdadero sistema inteligente regenerador de salud mental (en contraste con el sistema disfuncional y autodestructivo actual que, en lugar de sanar heridas, las crea constantemente en todos los niveles del funcionamiento humano familiar, laboral escolar, ambiental...)

El reto consiste en construir un espacio de crecimiento emocional que no implique necesariamente añadir una dependencia más, de especialistas y agentes externos, a menudo inaccesibles. La idea es explotar el gran potencial al interior de cada familia para convertir las crisis en oportunidades y así tejer un país más consciente, donde violencia, corrupción y demás síntomas sociales tengan cada vez menos cabida; un país cuya armonía no esté fincada en el silencio ni en la coerción, sino en el diálogo —el gran promotor natural de la conciencia, la transformación y el desarrollo humano—.

VII.-Bibliografía

- Arce, G., 2008, Comunicación y Pareja (Investigación de tesis), UQI.
- Buber, Martin. Yo y tú. Madrid, Caparros, 1984.
- CEPAL (2005) Políticas hacia las familias, protección e inclusión sociales.
- Corsi, J. (Ed.). (2003). Maltrato y abuso en el ámbito doméstico. Fundamentos teóricos para el estudio de la violencia en las relaciones familiares. Argentina: Paidós.
- CONEVAL. Cifras de Pobreza por Ingresos. 2008.
- Dutton & Hart (1992). Evidence for long-term, specific effects of childhood abuse and neglect on criminal behavior in men. *International Journal of Offender Therapy and Comparative Criminology* 36(2).
- Frankl, Viktor. (1999), El hombre en busca de sentido, 20° edición, Editorial Herder.
- Freire, Paulo (1970). Pedagogía del oprimido. Argentina. Ed. Siglo XXI
- Freud (1894). La neurosis de la defensa. Editorial Tierra Nueva. Tercera edición. Madrid.
- Graves, C. (2005) The never ending quest. Sta Bárbara Ca. Eds Cowan y Todorovic/ ECLET Publishing
- Hendricks, Gay & Hendricks, Kathlyn (1990). Conscious Loving. New York. Ed. Bantam Books
- INEGI. (2006). Mujeres Violentadas por su Pareja en México. México.
- INEGI. Relación divorcios matrimonios 1970-2007.
- INEGI-Secretaría de Salud. Base de datos de defunciones 2005.
- INEGI, Encuesta Nacional de Ingresos y Gastos de los Hogares (ENIGH) 2006
- INEGI-Secretaría de Salud. Encuesta Nacional sobre Violencia contra las Mujeres (ENVIM) 2003
- INEGI-INMUJERES, Encuesta Nacional sobre la Dinámica de las Relaciones en los Hogares (ENDIREH) 2003 y 2006.
- Joint Operating Environment (JOE 2008), United States Joint Forces Command:
http://www.globalsecurity.org/military/library/report/2008/joe2008_jfcom.htm
- Journal of Emotional and Behavioral Disorders. 1998. Vol. 6, No.2., pp 94-113.
- Kaluf, Cecilia y Maurás, Marta (1998), Regreso a Casa: La Familia y las Políticas Públicas. ONU-CEPAL. Santiago de Chile.
- Kurtz, P.D. (1993) Maltreatment and the school aged child: School Performance consequences. *Child Abuse and Neglect*, pp.581-589.
- Lafarga, Juan & Gómez del Campo, José (1990) Desarrollo del Potencial Humano. México. Ed. Trillas.
- Leseman, F. y Roger, N. (1994). Politiques familiales: comparaisons internationales. Ottawa. Ed. Baker
- Linares, J.L. (2007) Dinámicas Relacionales Parentales en torno a los hijos en el proceso de separación conyugal. *Revista científica: Sistemas Familiares y Otros Sistemas Humanos*, A. 23 n°1, Buenos Aires.

- Linares, J.L. (2006), *Las Formas del Abuso. El Maltrato dentro y fuera de la Familia*. Barcelona, Paidós.
- Lorente, A.(2001). *Agresión a la mujer: realidades y mitos*. Barcelona. Ed. Crítica.
- Mahrer, 2009, *What is Psychotherapy for? An almost Official Answer*. *The Humanistic Psychologist*. Vol. 37, Num. 3.
- Mahrer, A.R. (1996) *The complete guide to experiential psychotherapy*. New York. Wiley & Sons, 1996.
- Michel, S. & Chávez, R. (2009). *El Espacio Protegido del Diálogo*. Morelia, Mich. Ed. Papiro Omega
- Nandy, Ashis (2002). “The beautiful, Expanding Future of Poverty: Popular Economics as a Psychological Defense” *International Studies Review*.
- OCDE, *Growing Unequal? Income Distribution and Poverty in OECD Countries*. 2010
- Olguin M. A. (1998), *SILOÉ: El espacio de la solución; soluciones breves a conflictos largos*, Centro Mexiquense de Programación Neurolingüística, Metepec.
- Organización Panamericana de la Salud, Organización Mundial de la Salud. *Estrategia de cooperación con el país*. México, DF: OPS/OMS; 2005.
- Organización Panamericana de la Salud. *Informe mundial sobre la violencia y la salud*. Publicación científica y técnica No. 588. Washington, DC: OPS; 2003.
- Peck, Scott. (1987) *The Different Drum: Community-Making and Peace*. New York. Touchstone Ed.
- Pérez Duarte y Noroña, Alicia Elena. *La violencia familiar, un concepto difuso en el derecho internacional y en el derecho nacional*. *Boletín Mexicano de Derecho Comparado*, 2001, pp. 537-565
- Ramírez, S. (1975). *Infancia es destino*. México, Ed. Siglo XXI
- Ribeiro, Manuel (2004). *Hacia una política social de la familia*. Naucalpan. Senado de la República
- Rogers, C. (1951) *Client Centered Therapy: Its current practice, implications and theory*. Boston: Hough.
- Rosales, Jose Maria.(2007) “Migración Global, identidades plurales” *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*. Vol 9 Num 1 2007, pp.5 -18
- Rosenberg, M. (2002) *Non violent Communication: A language of Life*. New York. Publishing Co. Puddle Dancer Press.
- Rudo, Zena H. (1996) *What the Literature Tells Us: Relationships between Family Violence, School Behavior Problems, Juvenile Delinquency, and Adult Crime*. ERIC
- Watzlawick, P.; J.H. Weackland and R. Fisch.(1976) *Cambio*. Barcelona. Herder.

ANEXO A

Guía para el diálogo

Capítulo VIII “El Espacio Protegido del Diálogo”

pp. 160 – 183 (fragmentos)

- Guía para el diálogo

Mirar hacia adentro: Cuando es momento de expresar, comienza por voltear hacia adentro y conectarte contigo mismo, es decir, observa cuales son tus sentimientos, y sensaciones; identifícalos y descríbelos primero para ti mismo para después comunicarlo al otro. Trata de concentrarte inicialmente más con lo que sientes y distraerte lo menos con lo que piensas (demasiados pensamientos desconectan la experiencia de sentimientos y sensaciones). Recuerda sólo te puedes conectar con el otro si inicias conectándote contigo misma.

Observa y decide cada vez que aparece fugazmente por tu mente la tentación de iniciar una frase comenzando con expresiones “bloqueadoras” –que promueven en tu compañero la resistencia psicológica a escuchar con verdadera disponibilidad– como: *Tú deberías de llegar más temprano; Tú tienes que...; Tú nunca debiste...; No se vale...; No te importo; Te valgo un cacahuate; Te importan más tu trabajo y tus amigos que yo.*

Para expresar de manera facilitadora se requiere de distinguir, como ya se mencionó, por lo menos cuatro categorías y expresarlas de manera diferenciada, inequívoca, clara:

- a) descripción de hechos;
- b) pensamientos o interpretaciones;
- c) deseos o expectativas y
- d) sentimientos.

Así por ejemplo, la siguiente expresión: “ayer en la noche que no llegaste” se refiere a la descripción de hechos que ocurre de manera “objetiva”. Un hecho es por así decirlo la realidad que cualquier persona observadora podría describir, es algo que no tiene discusión. Los sentimientos son tristeza, enfado, enojo, etc. Los pensamientos son la manera como yo interpreto la realidad, es decir representan *mi realidad interior* NO LA REALIDAD EXTERIOR, OBJETIVA, Y ÚNICA.

[...]

Respetar cada tiempo: Como ya se mencionó en el capítulo IV: El problema de la relación de pareja no es que cada uno tenga sus propias necesidades y su forma de ver el mundo: El problema surge cuando él habla y ella no lo escucha o cuando ella habla y él tampoco escucha. La primera regla para el diálogo es pues *una regla de orden mínimo*. Iniciar un diálogo en espacio protegido, como ya lo hemos bosquejado, consiste en acordar quién va a hablar, y quién va a escuchar. Nunca ha de iniciarse un diálogo protegido si no se ha llegado a este primer acuerdo por obvio y ocioso que parezca. Cuando dos personas, cargadas de historia, intentan dialogar, el orden es lo primero que se rompe y de pronto hay dos bocas hablando desde sus heridas y del otro lado de la mesa las orejas están desconectadas; nadie está dispuesto a escuchar.

[...]

La confianza básica en la expresión de momentos de sentimiento fuerte: Una de las consignas básicas en la búsqueda del cambio transformacional o de tercer orden indica que *la dirección del cambio aparece sólo durante el proceso*. Este mandato requiere que

los actores de la comunicación interpersonal puedan creer verdaderamente en la riqueza de sus sentimientos fuertes y en la sabiduría o inteligencia que emerge de manera natural al calor del verdadero diálogo. Sólo desde un lugar de confianza básica en este proceso podremos ver emerger el orden detrás del supuesto caos, y el cambio que paradójicamente surge cuando *se renuncia al cambio*:

Cuando aparentemente no vamos a ningún lado con el intercambio de “experiencias difíciles” la práctica sistemática del diálogo, de una manera suave y sabia, nos entrega un verdadero regalo; nos lleva finalmente por un proceso gradual de desarrollo interpersonal y de *inteligencia emergente*. Por otro lado, si no hemos desarrollado esa confianza básica en el proceso del diálogo y específicamente en la riqueza de los sentimientos fuertes como maestros del crecimiento, es muy posible que, antes de dos minutos de intercambio, terminemos cayendo en la tentación de interrumpir, juzgar o criticar; terminemos totalmente indignadas por “las estupideces que el otro está diciendo”.

Abrir y explorar crisis sólo en espacios protegidos: Ciertamente no es posible estar en condiciones de escuchar experiencialmente cada vez que surgen crisis y sentimientos fuertes, sin embargo, es importante tener muy presente la opción de programar en un tiempo razonablemente cercano y factible un *espacio protegido de diálogo*. Ventilar algo importante y fuerte en espacios no protegidos, por otro lado, es decir cuando no se han establecido ni respetado las condiciones mínimas de orden y seguridad psicológica puede convertirse en una experiencia destructiva para la relación, puede reavivar la tentación de regresar a la vieja y conocida postura de las conciencias primitiva: *Mejor ni hablar*.

[...]

La segunda opción consiste en explorar las experiencias difíciles en un espacio protegido sin esperar siquiera que ella perdone ni él “no lo vuelva a hacer”. Enfrentar constructivamente una crisis requiere de un primer paso, de algo básico y simple: renunciar a cambiar al otro y concentrarse en entenderlo. La práctica del diálogo requiere de un compromiso mínimo: aplicar las reglas de “un tiempo para hablar y un tiempo para escuchar” durante un periodo mínimo hasta que del mismo proceso surja una solución con frecuencia difícil de predecir.

[...]

El puro proceso de intercambiar e integrar información difícil, y aparentemente incompatible lleva a la pareja a lugares de evolución inesperados: Después de un episodio de infidelidad, por ejemplo, es desde luego posible que la pareja rompa definitivamente, pero también es posible que a partir del diálogo surgido ante la crisis, ella finalmente se de cuenta de su hasta entonces “parte ciega”: su manera de tratarlo como niño, de controlarlo, de “no dejarlo” salir con sus amigos. Él a su vez, quizá se de cuenta, gracias al diálogo, de su forma cotidiana de guardar silencio; de quedarse callado para no empeorar la bronca; de su papel de niño guerrillero que se sale a escondidas de mamá; de su “juego del mudito” que termina hablando con su conducta las inconformidades que no ha sido capaz de expresar con la boca. La pareja tal vez descubra –y estén por primera vez en su vida en condiciones de asimilar una maravillosa y dolorosa lección– que ha estado jugando a la mamá y al hijo, justo hasta que el niño es finalmente pillado por su mami-esposa. Tal vez

descubran que no han sido capaces de funcionar como adultos responsables y que ahora las cosas ya no pueden seguir como antes porque el juego de mamá-hijo ya se agotó, ya tronó.

Ahora quedan sólo tres caminos: a) Se separan con la sensación, cada uno, de que el otro “de afuera” tuvo la culpa y por lo tanto no hay nada que cambiar internamente (con su siguiente pareja, ella seguirá siendo una mamá controladora y el seguirá siendo un irredento y mentiroso buscador a escondidas de aventuras); b) Se separan por considerar la herida irreparable y pierden a su pareja pero no pierden la lección, no pierden la oportunidad de voltear hacia adentro y aprender a ser mejores para lo que venga; c) Aprenden la lección – cada quien la suya propia – y ya no tratan de volver atrás a lo que ya se agotó, más bien inician una relación nueva; más vital y saludable, una relación que con el paso del tiempo tal vez les permita agradecer “la bendita crisis que la vida les regaló”.

El diálogo en espacio protegido es pues un espacio de renovación donde las diferencias, cualquiera que ellas sean, son procesadas hasta convertirse en evolución pura. Así, por ejemplo; a ella le gusta visitar a su mamá, a él le incómoda que ella visite a su madre; a él le gusta salir con sus amigos, a ella le produce mucha inseguridad dichas salidas; ella ya quiere ponerle un nombre a su hijo recién nacido, él prefiere esperarse para estar seguro; él quiere poner un nuevo negocio, ella tiene miedo a los cambios y lo desanima; a él no le gusta como ella hace el amor, a ella no le gusta como huele él; ella quiere pasar navidad en México, él prefiere quedarse en provincia; ella quisiera que él lo apoyara más y de vez en cuando le adivinara el pensamiento y a ella le gustaría que ella pidiera las cosas con más claridad, etc., etc.

Después de escuchar con interés y sin invalidación dichas diferencias, la relación se transforma. La información intercambiada en espacios de diálogo protegido se convierte en algo nuevo, útil, transformador: *el que tú prefieras algo diferente a mí, es simplemente porque eres diferente y resulta no ser algo personal en mi contra ...esa pequeña diferencia ya hace una gran diferencia.*

Cuando es tiempo de hablar:

- Privilegiar la expresión de Escenas concretas –específicas de sentimiento fuerte
- Descripción del contexto o entorno de manera suficiente pero no excesiva.
- Descripción de la experiencia interna; de sentimientos y sensaciones físicas.
- Si tienes un pensamiento que compartir reconócelo propiamente como tal: *que espero, que interpreto, que imagino, que pienso, que fantasía tengo ...cuando sales,* etc.
- Procura hablar en primera persona.
- Cuando estés a punto de dar un consejo, sugerencia, órdenes, advertencias o reclamos, opiniones, –y especialmente preguntas– trata de reconocer lo que hay detrás de ello (sentimientos, expectativas o deseos fantasías o pensamientos). Decir: *me siento inseguro cuando llegas tarde, tengo miedo de que te pase algo,* es una forma más conectada transparente y por lo mismo facilita mucho más el ser entendida y escuchada que cuando está disfrazada de pregunta, regaño, reclamo, etc.
- Refiere tus sentimientos, descríbelos sin juzgarlos y sin quererlos explicar con razones. Si tratas de explicar o justificar tus sentimientos es posible que termines desconectándolos y ahogándolos en un mar de palabras y de racionalizaciones.

- Si eres mujer no se te ocurra querer programar un espacio protegido para hablar de tus sentimientos fuertes justo cuando está jugando la selección mexicana, o su equipo o personaje de su deporte favorito.
- Si eres hombre: no se te ocurra querer programar un espacio protegido mientras tu pareja no está totalmente dispuesta para hablar y para escuchar. (si está por llegar el gas, si se están cocinando los frijoles, si tu hijo tiene calentura).
- Si hace más de un mes que no haces tu diálogo porque siempre hay cosas urgentes “más importantes”; No te quejes de que tu relación continúe deteriorada.
- Los sentimientos son como son. Reconoce con honestidad su existencia aunque no te gusten (celos, inseguridad, envidia, etc.) A los sentimientos, primero es necesario honrarlos, es decir, contactarlos, expresarlos y aceptarlos como son y después – *solamente después*– es posible transformarlos (a partir de su reconocimiento, *no de su negación*). En otras palabras recuerda que en este diálogo es más importante reconocer que negar; aceptar que reprimir. Por ejemplo si te sentiste celoso, inseguro, solo, no entendido, abandonado, excluido, etc., simplemente reconoce ante tu pareja eso que estás sintiendo. Insistimos, los sentimientos pueden no ser en lo absoluto lógicos ni maduros ni razonables. Los sentimientos simplemente SON. Si no los reconoces tal cual son peor para ti.
- Veinte, veinte, veinte cuarenta: No es un teléfono de emergencia, es nuestra propuesta para que distribuyas de manera aproximada el tiempo en las cuatro categorías mencionadas. Algunas personas tienden a referir con todo detalle la descripción de hechos: *Yo llegué a las seis y a los quince minutos te pasan la llamada y es tu tía de Tijuana, y luego ella te dijo, y tú le contestaste, en eso sonó el timbre de la puerta, etc., etc.* Decimos que estas personas utilizan el ochenta o más de su tiempo de intercambio verbal en describir las cosas de afuera y menos del diez por ciento en describir su experiencia interna, es decir sus sentimientos tal como son experimentados en los momentos de mayor intensidad. Te sugerimos tratar de encontrar una escena en tu experiencia personal reciente o remota y describir solamente lo suficiente del contexto en el que ocurre (como, cuando, donde, quien) lo cual requiere un veinte por ciento del tiempo total. Otro veinte puedes distribuirlo en referir lo que piensas o interpretas –*imagino que estás con alguien más, imagino o pienso que no me quieres, que no te gusto, que me engañas, etc*—otro veinte puede ser utilizado en referir lo que deseas o esperas y luego concéntrate por lo menos un cuarenta por ciento del tiempo en describir lo que pasa adentro de ti[4]: *Sentí un nudo en la garganta, se me apretó el estómago y experimenté mucho enojo; Me sentí totalmente desplazada ignorada ...pensé, imaginé como si lo mío no fuera importante en ese momento en el que te quedaste callado y no me defendiste cuando tu hermano me pidió que me largara. Me sentí poco importante para ti cuando me dijiste “bueno y que quieres que haga !ya olvídale!”*

[...]

Cuando es tiempo de escuchar.

- Recuerda que en este momento tú sólo funcionas como el eco de la voz de tu pareja o como el espejo que reproduce la experiencia del otro **tal como el otro la vivió** no tal como tú la interpretas.

- Escuchar es como sacar un espejo y concentrarte en reflejar con él la experiencia del otro; sin quitarle ni ponerle nada; La experiencia del otro sólo requiere ser reflejada.
- Si por un momento te sientes atrapado por la tentación de interrumpir con un razonable *“pero es que las cosas no fueron así, o no estás diciendo toda la verdad”*, etc., recuerda, todas las veces que tengas que recordar, que no existe una sola realidad sino varias, tantas como personas; que cada persona vive su propia realidad y entonces la función del diálogo es básicamente entender y entrar a la realidad del otro. La función del diálogo NO ES ENCONTRAR LA VERDADERA Y UNICA REALIDAD (*...es que yo no te dije esto, es que no fue así, es que tú exageras, no tienes porqué sentirte así, no llegué a las doce llegué a las once y media... son todas formas de negar que la realidad del otro es tal como el la experimenta y la describe*)...
- Utiliza básicamente la segunda persona para repetirle a tu pareja lo que escuchaste: *“Tú me dices que ese día que llegué tarde tú estabas muy angustiada , tú me estabas esperando desde las ocho..”*
- Si tu pareja te hace una pregunta, es importante concentrarte en reflejar la inquietud o sentimiento detrás de la pregunta (*En ese momento te preguntas donde estoy yo; en ese momento tienes dudas de si te quiero; cuando me ves enojado te imaginas...*) No tienes que contestarla, no porque no quieras ser honesto, sino porque al contestar una pregunta cuando en un espacio protegido y te toca la función “de oreja” rompes el principio básico de orden: hay un momento para hablar y otro para escuchar. Contestar una pregunta cuando es tiempo de escuchar es una de las trampas más comunes. Cuando caes en ella todo el ciclo se rompe.
- No tienes que responder, justificar ni defender a tu persona, a tu ego. En este momento te conviertes sólo en el eco o reflejo de lo que el otro dice aunque lo que el otro dice sea diferente a lo que tú viviste o a lo que tú percibiste en la misma ocasión. En otras palabras, **tu ego** que tiene sus propia historia, percepciones, opiniones y sentimientos **desaparece provisionalmente** y te conviertes **en la experiencia del otro**. Cualquier aclaración reclamación, corrección, explicación TUYA la guardas para cuando sea tu turno de expresar. Recuerda hay un momento para expresar y un momento para escuchar y justo ahora es tu momento de escuchar. Abre tus oídos y la boca sólo úsala para reflejar. Si rompes esta regla, rompes el diálogo.
- Ten muy presente que escuchar la experiencia del otro no quiere decir que estés de acuerdo; no quiere decir que estás aprobando lo que el otro hace o deja de hacer; tampoco significa que ello te comprometa a cambiar y a no volver a hacer esa conducta que al otro-a le molesta. Escuchar significa algo mucho más humilde y poderoso a la vez: Que puedes entender el mundo, por lo menos por un instante, tal como el otro lo vive ...ni más ni menos.
- De todo el relato escuchado aunque pueden ciertamente ser necesarios los detalles del cómo ocurrieron las cosas, es especialmente importante poner atención y reconocer **los momentos donde aparecen los sentimientos –especialmente los sentimientos fuertes**. Cuando los encuentres, no los juzgues, solamente refléjalos.
- Por un momento olvídate de querer cambiar o responsabilizar a tu compañero/a de tus expectativas frustradas, concéntrate en el humilde y poderoso arte de simplemente observar e imaginar escenas concretas donde aparecen sentimientos fuertes en tu pareja. Escucha con tu corazón abierto todas las expresiones de

sentimientos, cualquiera que estos sean, por absurdas, ridículas, cuestionables, irracionales, tontas, ilógicas, inmaduras, etc, que te parezcan. Escucha como si fuera la primera vez que te asomas a la experiencia del otro. Escucha como si la persona que lo hace se expresara por primera vez. Imagina sólo por un momento que nunca antes nadie lo-la había escuchado y que el o ella nunca antes había expresado esto – aunque el perico de tu mente te susurre al oído “otra vez la misma historia chin...” Cuando un sentimiento puede ser expresado de manera completa y con total aceptación entonces está mucho más cerca de ser transformado. Por otro lado si la expresión de un sentimiento recibe como respuesta sistemática –automática –de parte del interlocutor, más de lo mismo, es decir más de las conocidas respuestas de juicio, reclamo, cuestionamiento aplauso apoyo, indiferencia, etc.; es posible que dicho sentimiento se quede aún más atorado o se transforme en algo defensivo, destructivo. Cuando un esposo dice “Es la misma cantaleta de siempre, eso ya me lo ha repetido cinco mil veces” es muy posible que las mismas cinco mil veces que ella toca el tema el repite la misma receta –contesta, aclara, juzga, sermonea, regaña, da soluciones, etc.– PERO NO ESCUCHA. Tal vez la mujer necesita diez veces de escucha autentica para dar el asunto por concluido y el mejor momento para iniciar la cuenta de esas diez experiencias ES AHORA MISMO. Si comienzas hoy tal vez te puedas comenzar a ahorrar para el futuro la siguientes totalmente inútiles cinco mil cantaletas con sus respectivas y anunciadas cinco mil invalidaciones.

- Recuerda lo que te expresan con honestidad y transparencia te puede lastimar en un inicio pero al final cuando es debidamente escuchado se convierte en el mejor combustible para el crecimiento, para la evolución de la relación
- Lo que por otro lado no se expresa, eso si puede destruir la relación pues “lo que no se habla con la boca se actúa de múltiples formas”.
- Además de escuchar “como la primera vez” imagina que la “queja”, si es que se refiere a tu persona” en el fondo viene de un lugar más profundo, y de alguna manera, ajeno a ti. Sólo por un momento no lo tomes como algo personal. Si te sirve puedes imaginar que se hable de alguien a quien hoy no tienes que defender aunque esa persona a quien “se acusa” tenga tu mismo nombre y apellido.
- Concéntrate en escuchar y entender los sentimientos y no en discutir los hechos.
- Hoy no tienes que defender ni justificar a tu persona. Cuando te toque el momento de hablar, expresarás tu experiencia y podrás hablar, si quieres, de lo que te pasa en relación a sus preguntas y dudas, etc. Pero en este momento no es aún tu turno de hablar. CUANDO ES MOMENTO DE ESCUCHAR ES MOMENTO DE ESCUCHAR Y CUANDO ASÍ ES, TU PERSONA DESAPARECE PARA CONVERTIRSE EL ECO FIEL Y ACEPTANTE DE LA EXPERIENCIA DEL OTRO TAL COMO EL OTRO LA VIVE.

ANEXO B

Resultados de la práctica del EPD

Tesis para Obtener el grado de Licenciado en Psicología

“Comunicación y Pareja” (Arce, Gonzalo)

-Fragmentos-

INTRODUCCIÓN

La presente investigación se llevó a cabo en las instalaciones del Programa de Desarrollo Comunitario Zumar contigo (Zonas urbano marginadas contigo) San Gabriel de Irapuato Guanajuato con parejas que fueron conseguidas por la institución, las personas que asisten a este evento, por lo general, son de escasos recursos económicos, es gente que vive en la extrema pobreza. El problema central que se vive y observa en esta institución que además de las carencias económicas generalmente hay pocas alternativas de intervención o tratamiento psicológico en pareja o si la hay son gente que no puede pagar una consulta privada, además es muy común observar la desintegración familiar en este medio social ya que como dice GONZÁLEZ [2005], “en cualquier medio social la pareja es la única ciencia que nadie estudia o muy pocos se encargan de su estudio”.

El interés por este tema en particular es proponer una alternativa de intervención o tratamiento psicológico en pareja a través de una técnica llamada Espacio Protegido del Diálogo (E.P.D.) que ayude a personas que vivan en una relación en donde se dé la desintegración familiar, infidelidad, violencia, pobreza, etcétera.

Mediante la aplicación de E.P.D. se vieron favorecidas las personas participantes, ya que al estar asistiendo aprendieron una nueva forma de diálogo en pareja que pueden utilizarlo en su vida diaria, como herramienta para dialogar así como arreglar sus diferencias tanto conyugales como con los demás miembros de la familia y claro además de las parejas la sociedad en general se verá favorecida.

Por otra parte, la importancia de dicha investigación radica también en una mejor calidad de vida para estas parejas, que además de los fenómenos mencionados de pobreza y marginación, los matrimonios junto con las familias se desmoronan y se desintegran, ante los ojos de los padres que no tienen otra alternativa más que el divorcio, claro que con esta propuesta mejora su persona, su matrimonio, su entorno familiar y su medio social. Para la realización de este proyecto se emplearon las teorías de MICHEL y CHÁVEZ [2008], GARRIDO et al. [2007], GILBERT y SHMUKLER [2000], GONZÁLEZ [2005], CASÁBIUS [2004], HERREJÓN y VILLAFANA [2005].

Con la realización de este trabajo, se pretende optimizar la comunicación en la pareja para facilitar el proceso para mejorar la calidad de vida conyugal, beneficiando

directamente a las parejas, ya que éstas adquirirán las herramientas adecuadas para mejorar su comunicación y en general sus relaciones personales. Al mismo tiempo, los demás miembros de la familia también se verán beneficiados, ya que recibirán más atención y dedicación por parte de la pareja.

La hipótesis de trabajo es: *La intervención a través de Espacios Protegidos de Diálogo permite mejorar la comunicación en la relación de pareja.*

El objetivo general de este trabajo es evaluar los resultados de la intervención E.P.D. para determinar si mejora la comunicación en la relación de pareja y proponer un modelo que permita la comunicación.

El trabajo está compuesto por tres capítulos, en el primero, se describe a la pareja como función, a los diferentes tipos de pareja desde el punto de vista de diversos autores, otro punto que se menciona es la madurez en la comunicación, se cita un artículo de la diócesis de Irapuato y la propuesta de la terapia breve de pareja.

En el segundo capítulo se describe un concepto de suma importancia dentro de la pareja, familia y sociedad en general, la comunicación. Otros temas relevantes que se exponen son: las barreras de la comunicación, interacción y escucha que es como un arte y al fin se mencionan los axiomas de la comunicación.

Y por último, en el tercer capítulo se realiza la investigación, donde se mencionan las técnicas de estudio, las hipótesis, las características de los tres grupos experimentales y el de control, el método utilizado, los temas expuestos en las distintas sesiones, el periodo de estudio de cada grupo y, además, una poesía que lleva por nombre: “la pareja vive”.

En el apartado correspondiente a análisis de la información, se encuentran las gráficas en las que se describen los porcentajes de los resultados obtenidos de esta investigación, además se discuten los resultados acerca de la intervención E.P.D., lo que da paso a la realización de las conclusiones.

CAPÍTULO 1

LA PAREJA

[...]

CAPÍTULO 2

COMUNICACIÓN

[...]

CAPÍTULO 3

MATERIALES Y MÉTODOS

Con base a los antecedentes analizados, la comunicación en la pareja es el momento en que se puede alcanzar el máximo de unidad y el máximo de individualidad, y para que esto suceda se necesita un espacio de diálogo protegido (E.P.D.) donde se promueva la aceptación, seguridad psicológica y el aprendizaje interpersonal para poder expresarse con libertad.

3.1 Objetivo del estudio de campo

Aplicar el E. P. D. y el inventario de apoyo para la pareja con el fin de evaluar la percepción del apoyo que se recibe y que se da entre la pareja.

3.2 Descripción del problema e hipótesis

La falta de comunicación en la pareja ocasiona desequilibrios, desasosiegos, desdicha, ineficacia, inmadurez o enfermedad cuando alguna de las partes de la pareja está trabajando de forma deficiente y repercute en la calidad de vida de ésta [GONZÁLEZ, 2005]. MICHEL y CHÁVEZ [2008], señalan que actualmente el ser humano vive en una cultura antiescucha y claro está que en las familias se ha convertido en un estilo de vida promoviendo así la desintegración familiar y hacen necesario la intervención E. P. D. para promover el diálogo en pareja en un clima de seguridad psicológica. Por otra parte, GARRIDO et al. [2007], establecen que la verdadera personalidad de la pareja se resalta al vivir juntos y se crean diferencias entre ellos y deben de tener la capacidad de negociar entre ellos.

Las parejas que hicieron posible ésta investigación se enfrentan a distintas problemáticas, entre las más comunes se observan: violencia intrafamiliar, desintegración familiar, alcoholismo, drogadicción, delincuencia, promiscuidad, etcétera; algunos de éstos fenómenos básicamente se dan por la falta de comunicación en el núcleo familiar entre los mismos padres, además de que no conocen una forma adecuada que les permita arreglar sus diferencias.

Otro punto que mencionar es que son familias de escasos recursos económicos, por lo tanto, su economía no les permite pagar alguna consulta privada con un psicólogo, esto se debe a que generalmente el hombre es el único que trabaja y sus

ingresos no son los suficientes, mientras que la mayoría de las mujeres (esposas), se dedican exclusivamente al hogar.

Además, el nivel cultural de estas familias también es bajo, presentando la creencia de que los que acuden con un psicólogo están “locos”, que es mejor asistir a rezar a la iglesia para arreglar los problemas, o acudir a que lean las cartas con algún brujo. Por estas creencias de tipo cultural en ocasiones es difícil que acudan por ayuda profesional.

Las hipótesis empleadas en este trabajo de investigación son las siguientes:

Hi: La intervención a través del Espacio Protegido del diálogo permite mejorar la comunicación en la relación de pareja

Ho: La intervención a través del Espacio Protegido del diálogo no permite mejorar la comunicación en la relación de pareja.

3.3 Elementos de estudio

Los participantes de esta investigación son parejas con “falta de diálogo” del medio popular rural y semiurbano de Irapuato, Guanajuato y que no presentan trastornos patológicos; a continuación se especifican las características generales y datos demográficos (tabla 1)

Datos demográficos

Tabla 1. Edad, ocupación, ingreso promedio, años de casados y número de hijos de los participantes

Hombre	Edad	Ocupación	Mujer	Edad	Ocupación	Promedio de ingreso mensual	Años de casados	Número de hijos
Juan	53 años	comerciante	Blanca	51 años	comerciante	\$3,000	37	5
Luis	36 años	profesor	Estela	36 años	profesora	\$10,000	15	3
Roberto	61 años	comerciante	Bertha	57 años	comerciante	\$3,000	38	3
Martín	53 años	campesino	Gloria	52 años	ama de casa	\$3,500	21	2
Miguel	55 años	campesino	Carmen	51 años	ama de casa	\$3,500	30	4
Armando	42 años	comerciante	Ana	33 años	ama de casa	\$5,000	15	2
Alejandro	35 años	comerciante	Valeria	39 años	comerciante	\$4,000	13	2
Manuel	39 años	profesor	Elena	40 años	profesora	\$10,000	16	3
Carlos	38 años	campesino	Rosa	35 años	comerciante	\$6,000	9	2
Gilberto	54 años	comerciante	María	49 años	ama de casa	\$5,500	27	4
Fernando	57 años	plomero	Josefina	53 años	comerciante	\$3,500	31	3
Pedro	37 años	contador	Andrea	49 años	secretaria	\$10,000	11	1
Maximiliano	27 años	médico	Rosa	26 años	médico	\$12,000	4	1
José	48 años	comerciante	Carmen	48 años	estilista	\$8,000	28	2
Javier	49 años	licenciado	Raquel	46 años	ama de casa	\$12,000	26	3
Israel	26 años	comerciante	Adriana	28 años	empleada	\$8,500	4	0
José	37 años	profesor	Catalina	27 años	ama de casa	\$5,000	10	2
David	35 años	chofer	Silvia	29 años	empleada doméstica	\$3,000	10	3
Erick	42 años	carnicero	Mónica	36 años	ama de casa	\$4,500	19	2
Claudio	46 años	comerciante	Karen	41 años	ama de casa	\$10,000	22	3

Alberto	57 años	maestro	Mariana	55 años	contador	\$11,500	32	2
Gerardo	30 años	comerciante	Alma	39 años	comerciante	\$4,000	15	2
José	37 años	comerciante	Paulina	29 años	profesora	\$7,000	8	3
Carlos	35 años	desempleado	Isabel	37 años	comerciante	\$3,000	15	3
Edgar	56 años	comerciante	Beatriz	37 años	ama de casa	\$4,000	17	3
Miguel	55 años	supervisor SEP	Rosa	53 años	profesora	\$12,000	33	3
Victor	28 años	comerciante	Carolina	26 años	comerciante	\$4,000	4	1
Rodrigo	61 años	pensionado	Ana	66 años	comerciante	\$7,000	33	3
Gustavo	63 años	campesino	Lidia	55 años	ama de casa	\$4,000	39	7
Eduardo	22 años	comerciante	Ángela	24 años	empleada de hospital	\$7,000	1	0
Hugo	26 años	comerciante	Rosario	25 años	secretaria	\$12,000	3	1

Fuente: Propia

3.4 Periodo de estudio

El periodo de estudio fue de 6 meses y la intervención E.P.D. se llevó a cabo durante cinco semanas, proporcionando una sesión semanal durante agosto a octubre de 2007 el primer grupo fue intervenido del 24 de agosto al 21 de septiembre, el segundo del 3 de septiembre al 8 de octubre, el tercero fue del 5 de septiembre al 3 de octubre y el grupo control trabajó el 3 de septiembre y el 1 de octubre del 2007.

3.5 Información recopilada

Además las características generales y demográficas de los participantes se obtuvo apoyo positivo, apoyo expresado, apoyo negativo y diálogo, mediante la prueba I. A. P. P. [VELASCO y LUNA, 2006].

- a) Apoyo positivo: alude a aquellas conductas destinadas a dar soporte emocional al otro miembro de la relación, a través de proporcionarle protección, seguridad, afecto y amor cuando éste se encuentra en momentos difíciles, aumentando con esto la comunicación entre ellos.
- b) Apoyo expresado: se refiere a aquellas conductas destinadas a ayudar al otro miembro de la relación cercada a buscar solución a sus conflictos, expresándole directamente su afecto, amor, seguridad y soporte, mejorando con esto la comunicación entre ellos.
- c) Apoyo negativo: se refiere a aquellas conductas destinadas a no apoyar al otro miembro de la relación cercana, cuando este último atraviese por momentos difíciles, por medio de comunicarse con su pareja hostilmente, enjuiciamiento, crítica, dureza, evitación, rechazo y/o diferencia.
- d) Diálogo: intercambio de ideas por cualquier medio directo o indirecto, natural o artificial, puede ser desde una amable conversación hasta una acalorada discusión entre dos o más personas o grupos entre sí.

3.6 Metodología

Las parejas participantes se ubicaron en cuatro grupos de acuerdo a sus características sociodemográficas y solicitud de atención. Para poder llevar a cabo esta investigación, se formaron tres grupos experimentales y uno de control; la intervención E.P.D. se realizó en los tres grupos experimentales como herramienta para poder dialogar en grupo abiertamente en forma protegida; el grupo uno con residencia rural, el dos con residencia semiurbana, el tres con residencia rural y el grupo control con residencia rural y semiurbana, llevando a cabo una sesión cada siete días durante 5 semanas, en donde se expusieron diferentes temas de interés a cada reunión, dichos temas se describen en los cuadros 1, 2, 3 y 4.

Cuadro 1. Sesión grupo uno

Fecha	Tema	Asistentes	Inicio	Final	Observaciones
24-08-2007	Una vez que me costó trabajo expresar algo a mi pareja	10 parejas	21:00 hrs	23:15 hrs	Al inicio se realizó la primera evaluación, durante esta sesión todas las parejas expresaron el tema sin ningún problema.
31-08-2007	Un día que sentí mucho coraje con mi pareja.	9 parejas	20:30 hrs	23:00 hrs	Ninguno de los participantes efectuó la tarea (tener un diálogo a la semana), al finalizar la sesión se realizó una dinámica de reconciliación de parejas.
7-09-2007	Algo que me gustaría cambiar de mi esposo(a).	9 parejas	20:30 hrs	22:30 hrs	Entrega al finalizar la sesión de los formatos de testimonio y los de diálogo a las parejas, nadie realizó la tarea
14-09-2007	Un día que me sentí querido y aceptado por mi pareja y algo que me agrada de mi pareja.	8 parejas	20:30 hrs	22:30 hrs	Fue un tema relajado y el grupo estuvo más tranquilo; para la última sesión se les pidió que llevaran una fotografía de algún momento especial de la vida en pareja.
21-09-2007	Momento especial en la vida de pareja (con la ayuda de fotografía).	9 parejas	20:30 hrs	23:15 hrs	Fue la última sesión, desertaron dos parejas, al finalizar la sesión se aplicó una técnica de relajación a manera de meditación y posteriormente la segunda evaluación.

Fuente: Propia

Cuadro 2. Sesión grupo dos

Fecha	Tema	Asistentes	Inicio	Final	Observaciones
3-09-2007	Una vez no exprese algo a mi pareja o me lo guardé.	5 parejas	19:30 hrs	21:30 hrs	Antes de iniciar la sesión se aplicó la primera evaluación, observando además que este grupo se le facilita más expresarse y se identificó rápido con la metodología.
10-09-2007	Un día que sentí mucho coraje con mi pareja y algo que quisiera cambiar de mi pareja.	5 parejas	19:30 hrs	22:15 hrs	En esta sesión el grupo tuvo mejor apertura, se les dejó una tarea, hubo un aplazamiento de 15 días, la razón fue por la fiesta del 15 y 16 de septiembre.
24-09-2007	Una ocasión que me sentí unido(a) a mi pareja.	3 parejas	19:30 hrs	21:45 hrs	Después de 15 días desertaron dos parejas, se les entregaron al grupo los formatos de testimonio y de parejas para que realizaran un diálogo a la semana.
1-10-2007	Un día que me sentí orgulloso de mi pareja y algo que me atraiga de ella.	3 parejas	19:30 hrs	21:30 hrs	Al finalizar la sesión el grupo comentó que nadie había hecho la tarea y se comprometieron a llevarla la siguiente semana, dos fotografías para la sesión siguiente.
8-10-2007	Momento especial en la vida de pareja (con la ayuda de fotografía).	3 parejas	19:30 hrs	21:30 hrs	Fue la última sesión, desertaron dos parejas, al finalizar la sesión se aplicó una técnica de relajación y posteriormente la segunda evaluación.

Fuente: Propia

Cuadro 3. Sesiones grupo tres

Fecha	Tema	Asistentes	Inicio	Final	Observaciones
5-09-2007	Una vez no exprese algo a mi pareja o me lo guardé.	4 parejas	20:00 hrs	22:00 hrs	Excelente inicio, las personas se lograron sensibilizar al máximo, antes de iniciar la sesión se les aplicó la primera evaluación.
12-09-2007	Un día que sentí mucho coraje con mi pareja y algo que quisiera cambiar de mi pareja.	2 parejas	20:30 hrs	21:30 hrs	Se entregó a los asistentes un formato para que practiquen y regresaran un testimonio de que realizaron la tarea.
19-09-2007	Algo que me incomode o me moleste de mi esposo(a).	3 parejas	20:00 hrs	22:30 hrs	En la sesión anterior el grupo habló de lo que desearía cambiar de la pareja y les faltó mencionar lo que les incomoda o lo que los hace sentir con coraje con la pareja, siendo conveniente darle continuidad a este tema.
26-09-2007	Un día que me sentí humillado(a) en pareja.	1 pareja	21:00 hrs	22:45 hrs	En esta sesión solo asistió una pareja, hasta el momento, nadie entregó la tarea; a esta pareja se dejó de nuevo la tarea.
3-10-2007	Momento especial en la vida de pareja, un momento de mi vida en que me apasiona algo, algún resentimiento o algo que quiere decirle a mi pareja.	3 parejas	20:30 hrs	22:35 hrs	Fue la última sesión, desertaron una pareja, una característica de este grupo es que fueron muy inconstantes e irregulares durante todo el tratamiento, una sola pareja fue la excepción y asistió a las cinco sesiones, nadie entregó las tareas; se realizó la segunda evaluación al finalizar la sesión.

Fuente: Propia

Cuadro 4. Sesiones grupo control

Fecha	Tema	Asistentes	Inicio	Final	Observaciones
3-09-2007	Aplicación de la primera evaluación.	10 parejas	19:30 hrs	21:30 hrs	Se acordó que la próxima evaluación sería el 8 de octubre de 2007
8-10-2007	Aplicación de la segunda evaluación.	9 parejas	19:30 hrs	21:30 hrs	Desertó una pareja.

Fuente: Propia

Para poder evaluar los resultados de la intervención E.P.D. tanto en los grupos experimentales como en el de control, se aplicó la prueba I. A. P. P. de VELASCO y LUNA [2006] para conocer el apoyo positivo, expresado, negativo y el diálogo de cada pareja al iniciar el tratamiento o la intervención y otra al finalizar (en un periodo de 5 semanas), con la finalidad de corroborar si existieron o no cambios.

El lugar donde se llevaron a cabo las sesiones fue en las instalaciones del Programa de Desarrollo Comunitario Zumar (Zonas Urbano Marginadas) Contigo San Gabriel, ubicado en la calle División del Norte # 160, teléfono y fax 6255156 Irapuato, Guanajuato, en el área de atención psicológica, que cuenta con un espacio regular cerrado de 5 metros de largo por 8 de ancho, de 4 paredes de cemento y techo de lámina.

Los materiales que se emplearon para este trabajo fueron los siguientes:

- Recursos humanos: 31 parejas y un responsable del estudio

- Recursos Materiales: Sillas, Lápices y Bolígrafos, formatos, prueba I. A. P. P.

3.7 Análisis de la información

El control de las deserciones y tareas de los participantes se puede observar en el cuadro

Cuadro 5. Deserciones y tareas

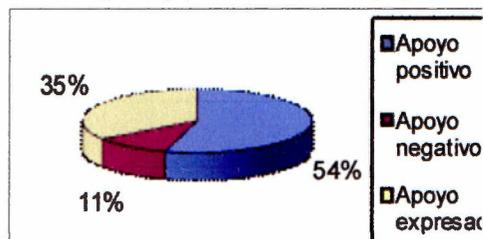
Grupo	Parejas iniciales	Parejas finales	Parejas que hicieron tarea
Grupo uno	10	8	6 parejas.
Grupo dos	6	3	2 parejas
Grupo tres	5	3	2 parejas
Grupo control	10	9	No se dejó tarea

Fuente: Propia

La aplicación de la prueba I. A. P. P. una vez llevada a cabo la intervención E.P.D. muestra los siguientes resultados:

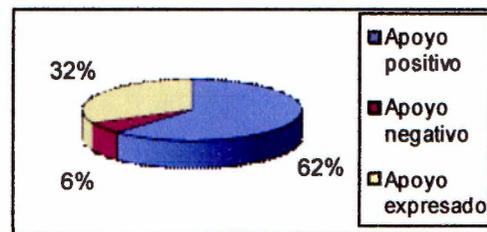
En el grupo respecto al tipo de apoyo antes de la intervención E.P.D. el apoyo negativo fue del 11% y después de la intervención fue de 6%, aumentando también el apoyo positivo de un 54% antes de la intervención y después hubo un aumento de un 62%, de acuerdo con el apoyo expresado al iniciar fue de 35% y finalizó con un 32% con lo que se puede comentar que existe una mejora en la comunicación de la pareja debido a la disminución de apoyo negativo (gráfica 1 y 2).

Gráfica 1. Tipo de apoyo antes de E.P.D. en grupo uno



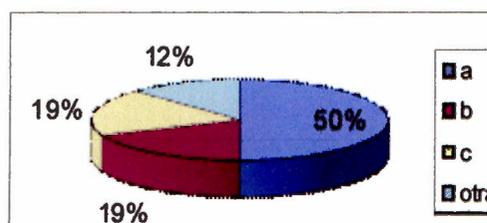
Fuente: Propia

Gráfica 2. Tipo de apoyo después de E.P.D. en grupo uno



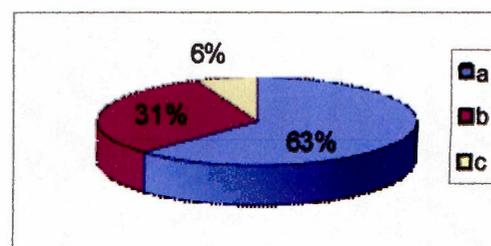
Referente al diálogo (gráfica 3 y 4) en este grupo antes de iniciar la intervención de las parejas el 49% dialogaba una vez a la semana y al finalizar aumentaron a un 63%, lo que significa que existe una mejora en el diálogo.

Gráfica 3. Diálogo antes de E.P.D. en el grupo uno



a) una vez a la semana

Gráfica 4. Diálogo después de E.P.D. en el grupo uno

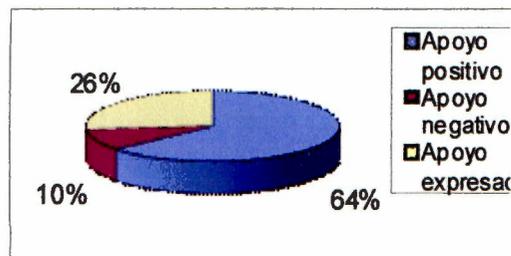


- b) dos veces a la semana
- c) casi nunca

Fuente: Propia

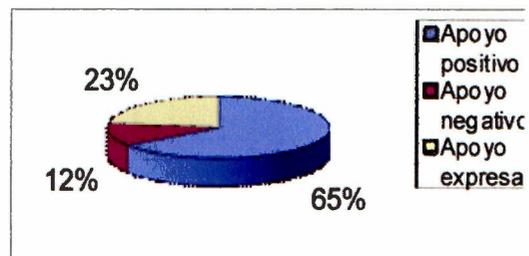
En el grupo dos respecto al tipo de apoyo (gráfica 5 y 6) antes de la intervención E.P.D. el apoyo negativo fue del 10% y después de la intervención fue de 12%, aumentando también el apoyo positivo de un 63% antes de la intervención y después hubo un aumento de 65%, de acuerdo con el apoyo expresado al iniciar fue de 27% y finalizó con un 23% con lo que se puede comentar que existe una mejora en el apoyo de la pareja debido al aumento de apoyo positivo.

Gráfica 5. Tipo de apoyo antes de E.P.D. en el grupo dos



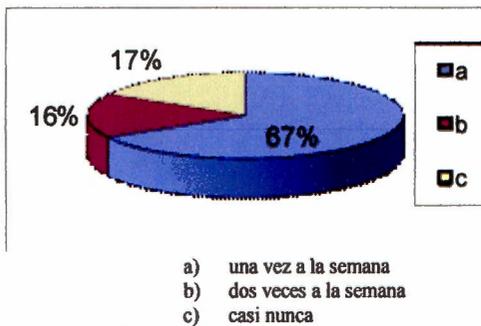
Fuente: Propia

Gráfica 6. Tipo de apoyo después de E.P.D. en el grupo dos



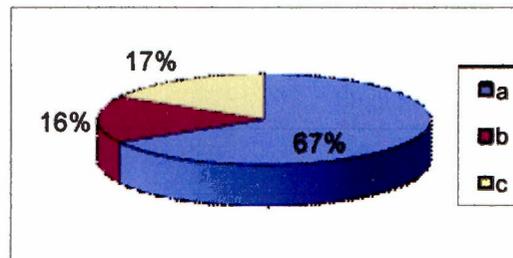
En el grupo dos antes de iniciar la intervención de las parejas el 6% dialogaba una vez a la semana y al finalizar se mantuvieron en un 66%, lo que significa que no existe una mejora en el diálogo (gráfica 7 y 8). Esto fue propiciado por la falta de interés del grupo ya que desertó la mitad del mismo.

Gráfica 7. Diálogo antes de E.P.D. en el grupo dos



Fuente: Propia

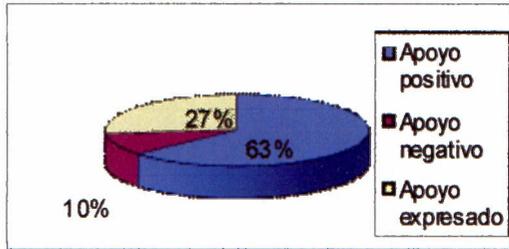
Gráfica 8. Diálogo después de E.P.D. en el grupo dos



En el grupo (gráfica 9 y 10) antes de la intervención E.P.D. el apoyo negativo fue del 10% y después de la intervención fue de 8%, aumentando también el apoyo positivo de un 63% antes de la intervención y después hubo un aumento de 66%, de acuerdo con el apoyo expresado al iniciar fue de 27% y finalizó con un 26% con lo que

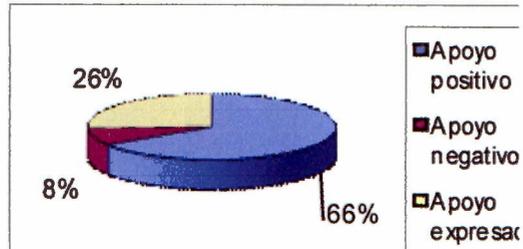
se puede comentar que existe una mejora en el apoyo de la pareja debido a la disminución de apoyo negativo.

Gráfica 9. Tipo de apoyo antes de E.P.D. en el grupo tres



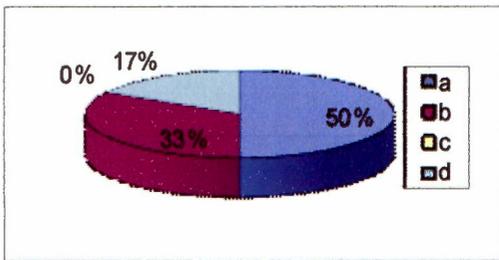
Fuente: Propia

Gráfica 10. Tipo de apoyo después de E.P.D. en el grupo tres

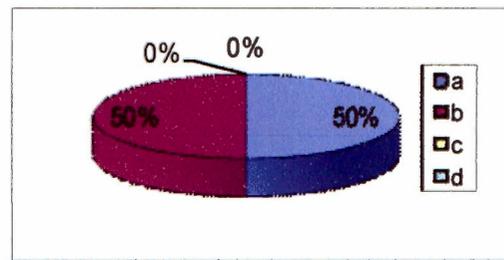


Referente al diálogo (gráfica 11 y 12) en este grupo antes de iniciar la intervención de las parejas el 50% dialogaban una vez a la semana y al finalizar se mantuvo en un 50%, lo que significa que no existe una mejora en el diálogo debido a que la realización de la tarea asignada no fue hecha satisfactoriamente, lo que llevó a mantener el porcentaje.

Gráfica 11. Diálogo antes de E.P.D. en el grupo tres



Gráfica 12. Diálogo después de E.P.D. en el grupo tres

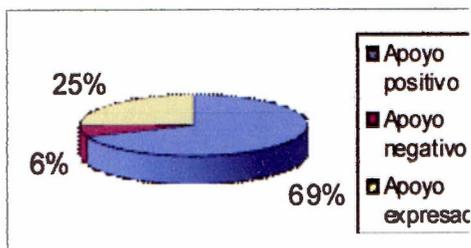


- a) una vez a la semana
- b) dos veces a la semana
- c) casi nunca
- d) nunca

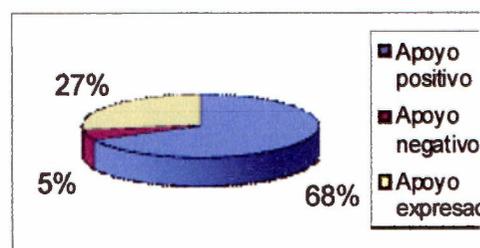
Fuente: Propia

En el grupo control en la primera evaluación el apoyo negativo fue el 6% y en la segunda evaluación fue del 5%, disminuyendo el apoyo positivo de un 69% a un 68%, de acuerdo con el apoyo expresado al principio fue de 25% y finalizó con un 27% con lo que se puede comentar que no hubo ninguna mejora en el apoyo de la pareja debido a la disminución del apoyo (gráfica 13 y 14).

Gráfica 13. Tipo de apoyo antes del E.P.D. (grupo control)



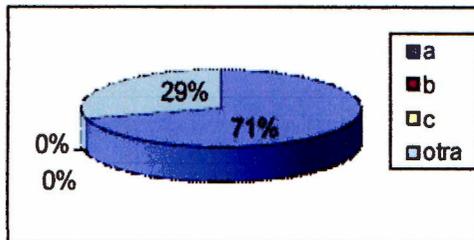
Gráfica 14. Tipo de apoyo después de E.P.D. (grupo control)



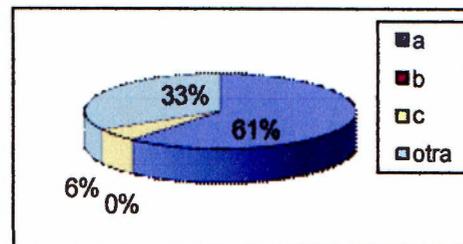
Fuente: Propia

En la primera evaluación de este grupo (gráfica 15 y 16) el resultado de las parejas es el siguiente: el 71% dialogaba una vez a la semana y al realizar la segunda evaluación disminuyó a un 61%, lo que significa que no existe una mejora en el diálogo.

Gráfica 15. Diálogo antes de E.P.D. en el grupo control



Gráfica 16. Diálogo después de E.P.D. en el grupo control



- a) una vez a la semana
- b) dos veces a la semana
- c) casi nunca
- d) nunca

Fuente: Propia

Esta información coincide con GARRIDO et al. [2007], quienes indican que una pareja se mantiene unida si establece mecanismos de comunicación que no resulten agresivos, siendo favorable estar en un proceso de orientación dirigido al desarrollo de la misma cuando ésta se encuentra en algún período de crisis y así mejorar las relaciones conyugales, además, es parecido a lo reportado por GILBERT y SHMUKLER [2000], que mencionaron que la fortaleza de la terapia breve con parejas radica en un trabajo corto y bien enfocado ofreciendo a los participantes la oportunidad de aprender una nueva estrategia para la solución de parejas. Por otra parte, con la metáfora que utilizan MICHEL y CHÁVEZ [2001], para relacionar la comunicación con el concepto de pareja: “Las parejas son como las plantas, hay que estarlas regando día con día con él diálogo”.

Una fortaleza de este estudio es propiciar un cambio en la comunicación de la pareja buscando que sea impactante en un tiempo breve; por lo que una serie de intervenciones de E.P.D. suelen ser suficientes para que entren en contacto las parejas en la comunicación y el amor que se tiene el uno al otro; además, los participantes aprenden un nuevo recurso para la solución de los problemas conyugales a través del diálogo: sin embargo por ser un estudio breve no permite la consolidación de nuevos patrones de conducta en el curso de la misma y por ser un trabajo con seres humanos puede variar.

CONCLUSIONES

En el presente estudio las parejas se dieron cuenta de la importancia de lo que es el diálogo ya que éste se promueve por los padres hacia los hijos, es como lo indica MICHEL y CHÁVEZ [2008]: “Un sistema se vuelve inteligente cuando la comunicación comienza a fluir”.

La pareja tiene dos áreas, una es de suma atracción y la otra es para crecer, manejar sus conflictos logrando la mejora de la comunicación a través del E.P.D. ya que sin esto la relación se deteriora y no evoluciona. Dentro de la comunicación, la escucha es de suma importancia porque es sinónimo de “me importas”, ya que el ser humano vive en la actualidad en una cultura antiescucha, por lo tanto si esto se da en el medio social, en el matrimonio se da con mayor razón por no saber expresarse.

Entre las parejas participantes se logró una nueva forma de diálogo. En el transcurso de las sesiones las parejas de los distintos grupos se fueron sensibilizando además de entrenando facilitando más las sesiones ya que en las últimas se trataron temas más positivos como: recuerdos familiares de la vida en pareja. Durante la intervención se trataron distintos temas: coraje, resentimiento, llegando hasta momentos especiales de la vida conyugal, y sobre todo que en determinado número de sesiones las parejas tenían la tarea de practicar el diálogo cuando menos una vez por semana.

Es de suma importancia mencionar que durante el transcurso del tratamiento en los distintos grupos hubo deserción de parejas, además de que las parejas que concluyeron el tratamiento algunas faltaron a algunas sesiones, otro tanto solo asistió uno de los dos y otras no cumplieron con las tareas que se les dejó en algunas de las sesiones.

Con esto se puede concluir que como se indico en la poesía “la pareja vive”, las parejas son: como una planta, que necesita que la rieguen y esto se logra a través del diálogo hablando lo que se lleva dentro del corazón. En las escuelas forman profesionistas como: médicos, abogados, psicólogos, maestros, etcétera pero a vivir en pareja no lo hay, por lo tanto no hay escuela para esto. Las parejas necesitan también un espacio para crecer y regarse como las plantas.

Por lo que la hipótesis: “*La intervención círculo de aprendizaje interpersonal permite mejorar la comunicación en la relación de pareja*”, se acepta gracias a que se obtuvieron resultados propicios en este presente estudio ya que es una propuesta para mejorar la comunicación y puede desarrollar que se mejore el diálogo entre las parejas.

BIBLIOGRAFÍA

ACEVEDO Ibáñez Alejandro y Alba Florencia A. López M. [2004] *El proceso de la entrevista*. Ed. Limusa. México, pp. 82, 84-86.

CASÁBIUS Jan [2004] *El arte de la convivencia amorosa*. Ed. Norte-Sur. Chile, pp. 23.

CEJA Gallardo Jesús, Rosario Chávez Ríos, Ma. Del Carmen Gaxiola Sánchez, Ambrosio Cedillo Guerrero, Luz María Guerrero Elizarrarás, Ma. Esperanza Herrejón Campos, Héctor López Elizalde, Sergio Michel Barbosa, Rubby Rojas Rojas y Ricardo Solórzano Zínser [1993] *Manual para facilitadores del Aprendizaje*. Ed. SECyR. México, pp. 9, 13.

COVEY Stephen R. [2002] *Los siete hábitos de la gente altamente efectiva*. Ed. Paidós. México, pp. 268-274.

GARRIDO Garduño Adriana, Adriana Guadalupe Reyes Luna, Patricia Ortega Silva y Laura Evelia Torres Velázquez [2007] “La vida en pareja: un asunto a negociar”. *Enseñanza e investigación psicológica*. Vol. 2. núm. 12. México, pp. 385-396.

GILBERT María y Diana Shmukler [2000] *Terapia breve con parejas un enfoque integrador*. Ed. Manual Moderno. México, pp. 49.

GONZÁLEZ Vera Rubén [2005] *La revolución de la pareja el nacimiento de una nueva profesión*. Ed. Mina-Estrella. 2ª edición. México, pp. 66, 85-93.

HERREJÓN Campos María Esperanza y Guadalupe Villafañá Mosqueda [2005] *Facilitar: Un camino para educar en el amor*. Ed. Desafío. 2ª edición. México, pp. 48.

LEÓN María [2007] *El gran libro de los valores*. Ed. Época. México, pp. 23.

MICHEL Barbosa Sergio y Rosario Chávez Ríos [2001] *Aprender a Ser y a Dejar Ser II*. Ed. Cipremex. México, pp. 35, 65, 95.

MICHEL Barbosa Sergio y Rosario Chávez Ríos [2003] *Manual de Facilitadores del Aprendizaje*. Ed. Red Irapuato. México, pp. 25 – 28, 39.

MICHEL Barbosa Sergio y Rosario Chávez Ríos [2005] *Terapia de Reconstrucción Experiencial*. Ed. Norte-Sur. Chile, pp. 62, 128, 138.

MICHEL Barbosa Sergio y Rosario Chávez Ríos [2008] *Los caminos del Diálogo*. Ed. Cipremex. México, pp. 63, 79, 152

PATRÓN Luján Roger [2000] *Un Regalo Excepcional*. Ed. Edamex. 16ª edición. México, pp. 78.

SÁNCHEZ Cipriano [2008] “Emaús”. *Construir la familia con trozos del corazón*. Vol. IV. Núm. 117, pp. 3.

VELASCO Campos María Luisa y María del Rocío Luna Portilla [2006] *Instrumentos de evaluación en terapia familiar y de pareja*. Ed. Pax México. México, pp. 183-197.