



Ser padres, una experiencia compartida

Hacia una
maternidad y
paternidad
compartidas

Revista

DIRECTORIO
Esteban Moctezuma Barragán
Secretario de Educación Pública

Gerardo Molina Álvarez
Encargado del despacho de la Dirección General del INEA

Créditos de la presente edición

Coordinación general
Celia del Socorro Solís Sánchez

Coordinación
Carmen Díaz González

Actualización de contenidos
Adnil Jacoba Cruz Lara
Ma. Piedad Landaverde Ponce

Revisión técnica
Patricia Pérez Gómez

Revisión de Conapo
José Luis Osorio Sánchez
Sandra Guevara de la Torre
José Ernesto Chang Querido
Vicente Álvarez
Montserrat Nava Zepeda

Dirección gráfica y cuidado de la edición
Greta Sánchez Muñoz
Adriana Barraza Hernández

Calidad y seguimiento editorial
Hugo Fernández Alonso

Revisión editorial
Eliseo Brena Becerril
Laura Sainz Olivares
Hugo Fernández Alonso

Diseño gráfico
Guadalupe Pacheco Marcos

Diagramación
Abraham Menes Nuñez¹
Ricardo Pérez Rovira

Ilustración
Luis Gabriel Pacheco Marcos
Alberto Eduardo Hernández Pérez
Valeria Gallo López de Lara

Fotografía
Lizeth Arauz Velasco
Greta Sánchez Muñoz
Archivo fotográfico de la Dirección General de Actividades Cinematográficas de la UNAM

Ilustración de portada
Israel Emilio Ramírez Sánchez

Diseño de portada
Adriana Barraza Hernández

Este material tiene como antecedente los contenidos de la primera y segunda ediciones, cuyos créditos son: *Primera edición*. Coordinación académica: Sara Elena Mendoza Ortega. Coordinación técnica: Adriana Valdés Murillo. Compilación: Adriana Valdés Murillo, Cenobio Popoca Ochoa, Esther Madrid Buenostro, Humberto Avendaño López, Felipe Bonilla Castillo. Revisión de textos: Sara Elena Mendoza Ortega, María del Carmen Atlaco Macedo, Rosalía Mejía Mejía, Lorena Peralta. Coordinación gráfica y cuidado de la edición: Greta Sánchez Muñoz. Diseño gráfico: Alicia Lovera. Ilustración: Luis G. Pacheco Marcos, José Luis Echave, Verónica Zenteno Caderón. Fotografía: Sabás Arepa, Archivo fotográfico de la Dirección General de Actividades Cinematográficas de la UNAM. *Segunda edición*. Revisión de contenidos: Sara Elena Mendoza Ortega, María del Carmen Atlaco Macedo, Maribel Hidalgo Morales, Rosalía Mejía Mejía. Revisión de textos: Esther Schumacher García, Águeda Saavedra Rodríguez, Luz Pérez Moreno Colmenero, Rocio González Díaz, Socorro Martínez de la Vega. Revisión editorial y seguimiento: Laura Sainz Olivares, Marcela Zubieta. Coordinación gráfica y cuidado de la edición: Greta Sánchez Muñoz, Adriana Barraza Hernández, Guadalupe Pacheco Marcos. Diseño gráfico: Humberto Brera Gómez. *Segunda edición actualizada*. Coordinación académica: Sara Elena Mendoza Ortega. Compilación: Adriana Valdés Murillo, Cenobio Popoca Ochoa, Esther Madrid Buenostro, Humberto Avendaño López, Felipe Bonilla Castillo. Actualización de contenidos: Alma Delia Saldaña Méndez, María del Carmen Atlaco Macedo. Coordinación gráfica y cuidado de la edición: Greta Sánchez Muñoz, Adriana Barraza Hernández. Seguimiento editorial: María del Carmen Cano Aguilar. Diseño gráfico: Alicia Lovera, Humberto Brera Gómez. Revisión editorial: Eliseo Brena Becerril, Laura Sainz Olivares. Diagramación: Eliseo Brena Becerril. Ilustración: Luis Gabriel Pacheco Marcos, José Luis Echave, Verónica Zenteno Caderón. Fotografía: Sabas Arepa.

Ser padres, una experiencia compartida. Revista. D. R. 1999 © Instituto Nacional para la Educación de los Adultos, INEA. Francisco Márquez 160, Col. Condesa, Ciudad de México. C. P. 06140. 3ª edición 2019.

Esta obra es propiedad intelectual de sus autores y los derechos de publicación han sido legalmente transferidos al INEA. Prohibida su reproducción parcial o total por cualquier medio, sin autorización escrita de su legítimo titular de derechos.

Algunas veces no fue posible encontrar la propiedad de los derechos de algunos textos y/o imágenes aquí reproducidos. La intención es ayudar a personas sin educación básica, y sin fines de lucro. Si usted conoce la fuente de alguna referencia sin crédito, agradeceremos establecer contacto con nosotros para otorgar el crédito correspondiente.

ISBN *Modelo Educación para la Vida y el Trabajo*.

Obra completa: 970-23-0274-9

ISBN *Ser padres, una experiencia compartida*. Revista: En trámite

Impreso en México, 2019.

ÍNDICE GENERAL

2

La casa de los arreglos



8

Pasan por el cine mexicano: Fernando Soler, Andrés Soler y Joaquín Pardavé



17

Ser madres,
una decisión pensada



28

Actitudes ante el conflicto



24

Ayudemos a nuestros hijos
e hijas a desarrollar
su autoestima



30

Habilidades de
madres y padres



Por respeto al derecho de las y los autores, se conserva el lenguaje utilizado en sus textos.

La casa de los arreglos

(Adaptación de *El bolso amarillo**).

¿Qué pasaría si un día cada uno de los de su familia decidiera hacer el trabajo de otro? ¿Cómo se las arreglarían para trabajar, cocinar, estudiar y hacer arreglos en la casa? ¿Serían capaces de desempeñar las nuevas tareas correctamente? He aquí la historia de una familia que se atrevió a hacerlo.



*Bojunga, L. (1988).

El bolso amarillo.

Madrid: Espasa

Calpe: 119-129.

¡Hola! Me llamo Raquel, quiero contarles lo que me sucedió una ocasión que llevé mi paraguas a componer en una tienda llamada La casa de los arreglos. Este lugar tenía cuatro divisiones. En una estudiaba una niña de mi edad, en otra, un hombre arreglaba un reloj; una mujer guisaba en la tercera, y en la última, un viejo reparaba una olla. Tomé el paraguas y se lo enseñé al hombre:

- ¿Usted me podría arreglar este paraguas?
- Claro que sí. Casi todo tiene arreglo.
- ¿En cuánto tiempo estará listo?

Cuando iba a responderme empezó a sonar un reloj inmenso que colgaba de la pared y daba las horas con música: era una melodía tan agradable que todas las personas dejaron lo que estaban haciendo y se pusieron a bailar en el centro de la casa.

Daban pasos increíbles, reían, cantaban, cada persona parecía divertirse más que la otra. De repente, la música se interrumpió. Y entonces todas las personas pararon al mismo tiempo que la música.

Ahora cada quien estaba parado ante otra de las divisiones: el hombre junto a la cocina, el viejo frente a la mesa con el mapa, la niña al lado del paraguas, y la mujer cerca de los instrumentos para soldar.



Sin decirse nada, comenzaron a trabajar: el hombre ahora siguió guisando, el viejo abrió un libro y se puso a estudiar, la mujer comenzó a soldar la cacerola y la niña revisó el paraguas y me preguntó:

—¿Tienes prisa?

—Hum, hum.

—Entonces mañana estará listo.

Pero no me moví del lugar, tenía ganas de comprender mejor a aquella gente. Señalé al hombre:

—¿Es tu padre?

—Sí —entonces me presentó a los tres—: mi padre, mi madre y mi abuelo.

Me dirigieron una sonrisa simpática, y susurré a la niña:

—¿Por qué está guisando tu padre?

Me miró sorprendida.

—¿Qué dices?

Pregunté más bajo aún:

—¿Por qué está guisando él y tu madre soldando la cacerola?

—Porque hoy ella ha guisado ya bastante, y él ha arreglado un montón de cosas; también yo he estudiado lo suficiente, y mi abuelo ha soldado mucho: había que cambiarlo todo.

—¿Por qué?





En una familia todos los miembros tienen el derecho a opinar.



—Para que nadie crea que está haciendo la misma cosa demasiado tiempo. Y para que a nadie le parezca que hace algo menos agradable que otra persona.

—¿Quién decide todo? ¿Quién es el jefe? —pregunté.

—¿Jefe?

—Sí, el jefe de la casa. ¿Quién es? ¿Tu padre o tu abuelo?

—Pero, ¿por qué haría falta un jefe?

—Bueno, para tomar las decisiones, para decidir lo que cada uno ha de hacer.

—Cada uno hace lo que más le gusta. Los libros están ahí; elegimos los que queremos.

—Pero... ¿y lo demás?

—¿El qué?

—¿No hay siempre montones de cosas para decidir? ¿Quién las decide?

—Los cuatro. Para eso, todos los días tenemos una hora reservada para decirlo todo.

Así como hace un rato tuvimos la hora de juego decidimos cómo enfrentar unos problemas, lo que

Actualmente, las distintas tareas que se llevan a cabo en una familia pueden alternarse entre sus miembros; así, todas las personas contribuyen haciendo un poco de todo y practican la corresponsabilidad.

gastaremos en ropa, comida, libros, todas esas cosas. Cada uno da su opinión. Y se hace lo que a la mayoría le parece mejor.

—¿También puedes dar tu opinión?

—¡Claro!, también vivo aquí, también estudio, también guiso y arreglo cosas. Aquí todos tenemos derecho de dar nuestra opinión.

—¿De verdad?

—¿Por qué ha de ser diferente?

Entonces, el reloj sonó otra vez. El padre se puso muy contento y gritó:

—¡A comer! La comida está lista —abrió el horno y sacó el bizcocho. Preguntó si me gustaría comer con ellos, y acepté de inmediato.



¿Sabías que...?

Según la Encuesta Intercensal 2015 (Inegi), de cada 100 hogares mexicanos, en 30 una mujer es la jefa de familia.

Las mujeres que encabezan una familia se preocupan más por la alimentación, vestido y educación de sus hijos e hijas, y gastan menos en bebidas alcohólicas y tabaco.

Las jefas de familia que laboran fuera de su hogar lo hacen como trabajadoras en servicios domésticos, comerciantes, agentes de ventas, trabajadoras en actividades agropecuarias, personal de apoyo a la administración, vendedoras ambulantes, y además realizan quehaceres de casa.

Todos los hogares, sean dirigidos por una mujer o por un hombre, tiene los mismos bienes, es decir, muebles y aparatos para satisfacer sus necesidades; sin embargo, en los hogares con jefe mujer se da mayor importancia a aquellos que hacen más fácil el trabajo doméstico, como el refrigerador, la lavadora o el calentador.



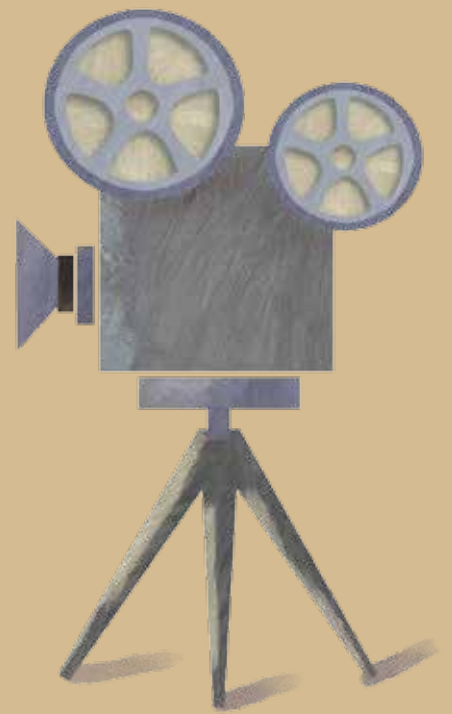
Pasan por el cine mexicano:

Fernando Soler, Andrés
Soler y Joaquín Pardavé

Por David Ramón



El cine mexicano no solo refleja modelos de la familia mexicana, sino que también los impone a través de ídolos como Fernando Soler, Andrés Soler y Joaquín Pardavé.



Las reseñas siguientes muestran al padre mexicano de la época de 1927 a 1949, visto a través del cine.

En otros tiempos, el cine mexicano presentó el perfecto arquetipo del padre. En un rápido repaso a estas imágenes, se presentan y describen algunos de esos fotogramas paternos.*



1886

El principio: primeras imágenes captadas por los camarógrafos enviados por los Lumière. Majestuoso, a caballo, casi imperial; “padre mismo” de la patria: Porfirio Díaz.

1927

Juan Bustillo Oro, uno de los padres del cine mexicano, filma con inimaginables trabajos *Yo soy tu padre*. Al protagonista se le exige, para poder casarse, tener fortuna y padre conocido. Comienzan a lloverle padres ricos que se disputan su paternidad.

La farsa se convierte en melodrama de aventuras, pero se proponen varios modelos paternos que después desarrollará el cine mexicano hablado.

Escenas de
El prisionero 13



Reforma. (1998, Junio 20). Colección de partes de novelas, películas, piezas musicales, etcétera. México.

En este cine «paternal», hay protagonistas fundamentales, como los directores Fernando de Fuentes, Juan Bustillo Oro e Ismael Rodríguez, y los actores Fernando Soler, Joaquín Pardo y Julio Villarreal.

1933

En *El prisionero 13*, de Fernando de Fuentes, Alfredo del Diestro encarna magistralmente a un padre borracho, mujeriego, corrupto, decadente y cruel; ex revolucionario que por dinero cambia a su propio hijo para ocupar el lugar de un joven rico que debía ser fusilado. La escena del fusilamiento es de antología, pero la censura obligó a un epílogo en que todo se resuelve bien, porque solo era una pesadilla.

En *Sagrario*, Ramón Peón dirige a Julio Villarreal. Es un melodrama extremo: un padre que se sacrifica y muere para lograr que su hija no cometa una especie de incesto y se case con el amante de su madre y padre putativo.

1938

Fernando Soler encarna en *La casa del ogro*, de Fernando de Fuentes, al padre ogro (de la historia) que medio mata a golpes a una de sus hijas por haberse atrevido a comprar un par de zapatos nuevos para una fiesta.

Escenas de
Papacito lindo



Escenas de
En tiempos de Don Porfirio





Juan sin miedo, de Alfonso Sánchez Tello, muestra al legendario torero Juan Silveti. Es padre nada menos que de Jorge Negrete y, al final, toreando magistralmente todo tipo de situaciones, salva una situación extremadamente melodramática.

En *Los enredos de Papá*, de Miguel Zacarías, Leopoldo Ortín, «El Chato», encarna con magistral comi- cidad a un padre relajiento, guasón y en chunga.

1939

En *Papacito lindo*, de Fernando de Fuentes, Fernando Soler es un padre simpático, socarrón, amable y vividor.

En *En tiempos de Don Porfirio*, de Bustillo Oro, Soler, padre singular del porfiriato, siempre vigila a una hija que ignora tal paternidad pero lo adora. El padre consigue su felicidad.

1940

En *Al son de la marimba*, otra vez dirige Bustillo Oro a Fernando Soler, que es un padre simpático, vividor y finalmente redimible.

En *Papá se desenreda y Papá se enreda otra vez*, «El Chato» Ortín está al frente de una familia con un hijo gay (Lalito Motemayor).

1941

Mil estudiantes y una muchacha, también de Bustillo Oro, presenta a Joaquín Pardavé como padre porfiriano (de Mapy Cortés). Es un gran comediante.

Cuando los hijos se van, del cantor fílmico del hogar mexicano, Bustillo Oro, hace brillar a Fernando Soler como un padre justo que, sin quererlo, comete grave injusticia con el hijo bueno por preferir al hijo malo.

1942

Historia de un gran amor, de Julio Bracho, muestra a Julio Villarreal como padre terriblemente inflexible de Gloria Marín. Se opone a su idilio con el plebeyo Jorge Negrete.

En *La razón de la culpa*, de Juan J. Ortega, Andrés Soler es el más desventurado padre ideado por Catalina D'ertzell. Sufre, entre otras cosas, que Pedro Infante, que ama a su esposa, se case con su hija.

En *Las cinco noches de Adán*, de G. Martínez Solares, Domingo Soler tiene cinco hijos naturales, todos de diferente nacionalidad, a los que finalmente reúne en medio de música, enredos y conato de falso incesto entre Mapy Cortés y uno de ellos.



Escena de:
Al son de la marimba

Escenas de
Historia de un gran amor



1943

En *Ojos negros*, Fernando Soler se dirige a sí mismo. Es un melodrama de la bella época mexicana. Él es padre inflexible en su hogar y mesero alcahuete en un restaurante con «reservados» al que finalmente va a dar su hija, a quien logra salvar. Pero para lograrlo, tiene que revelar su verdadero oficio.

1944

En *Bugambilia*, de Emilio Fernández, Julio Villarreal alcanza la cumbre de su carrera actoral como padre inflexible de Dolores del Río. Se mata antes de aceptar su autoridad resquebrajada.

La barraca, que representa el debut de Roberto Gavaldón, muestra a Domingo Soler como un padre típicamente español que con infinita dignidad hace hasta lo imposible por sacar adelante a su familia.

En *Los hijos de don Venancio* se autodirige Joaquín Pardavé, quien aparece como el buenísimo padre «gachupín» ya muy incorporado a México.

El Intruso, del magnífico escritor Mauricio Magdaleno, presenta a Domingo Soler, quien es conquistado por un hijo no natural (Narciso Busquets).

El cine no solo refleja lo que pasa en la sociedad sino que también impone modelos.



Escenas de
Bugambilia



Escena de
Los nietos de don Venancio

El cine invita a reflexionar diversos temas, a pensar si lo que estamos viendo es lo que realmente pasa, si debiera ser así o si debemos cambiarlo.

1945

En *Los nietos de don Venancio*, Joaquín Pardavé repite su éxito anterior, aquí como abuelo.

Pepita Jiménez, de Emilio Fernández, es un magnífico melodrama. Fortunio Bonanova, quien trabajó en *El Ciudadano Kane*, es un padre que termina por amar y apoyar a su hijo aunque amen ambos a la misma mujer.

1948

Una familia de tantas, de Alejandro Galindo, realiza el melodrama tonal del cine mexicano, cumbre de Fernando Soler. Es un padre lleno de virtudes llevadas al extremo, al punto de que se convierten en defectos.

1949

En *La oveja negra* y *No desearás la mujer de tu hijo*, de Ismael Rodríguez, se ve al padre contra el hijo, a Fernando Soler contra Pedro Infante. Soler alcanza la cumbre actoral y crea una especie de arquetipo del padre mexicano arbitrario. Se convierte en padre supremo del cine mexicano con todo el bagaje y todas las contradicciones del personaje.

De aquí en adelante, ya nadie llega a tal terreno del mito paternal cinematográfico. Termina un ciclo. Luego vienen el «papá en onda» y el padre muy abstracto de *El Castillo de la pureza*, pero esa ya es otra historia.



antología: Colección de partes de novelas, películas, piezas musicales, etcétera.

arquetipo: Modelo ideal, en este caso del padre.

autoridad resquebrajada: Se trata de una autoridad que se ha ido perdiendo y ya no impone.

bagaje: Conjunto de conocimientos que tiene una persona.

camarógrafos: Personas que manejan las cámaras para hacer cine.

cantor filmico: Se refiere a un director de cine que ha hecho varias películas populares, por lo cual se le compara con un cantor.

censura: Juicio que se hace acerca de una obra o escrito y que da lugar a la crítica o prohibición.

conato: Inicio de una acción que no llega a realizarse por completo.

debut: Presentación de un artista por primera vez.

decadente: Ir a menos, que pierde fuerza, importancia o valor.

en chungu: En son de burla.

encarna: Representa a un personaje.

epílogo: Recapitulación de lo dicho en obras literarias y artísticas en general.

farsa: Pieza cómica de enredos y engaños que se caracteriza por ser dramática y a veces grotesca.

fotogramas paternales: Un fotograma es cada una de las fotografías que componen una película; por lo tanto, un fotograma paternal son las imágenes de una película en las que aparece el padre.

gay: Término adoptado por algunos movimientos de carácter homosexual, para referirse a la persona que tiene orientación sexual por otra de su mismo sexo.

incesto: Relaciones sexuales entre personas de la misma familia, que por ley no pueden casarse.

legendario: Perteneciente a las leyendas, es decir, a relatos tradicionales.

magistralmente: Que se hace con gran habilidad.

melodrama extremo: Obra de teatro, de literatura o de cine que presenta una situación de la vida real llevada al extremo. Los melodramas pueden conmover al espectador con la violencia o sentimentalismo.

melodrama tonal: Melodrama que tiene todo el sabor, en este caso, del cine mexicano.

melodramática: Exageradamente conmovedora.

mito paternal cinematográfico: Fantasía, idealización de la imagen del padre en el cine.

padre putativo: Aquel al que la ley considera padre natural sin que lo sea o cuando hay dudas de ello.

protagonista: Personaje principal de una novela, película, obra de teatro, etcétera.

redimible: Que puede poner fin a sus malas conductas.

reseñas: Comentarios sobre una novela, película, obra de teatro, etcétera.

socarrón/a: Aquella persona que obra con astucia, disimulo y burla encubierta.

Ser **madres**, una decisión **pensada**

Investigación: Lorena Peralta

Imagínese que llega el momento de decidir ser madre o no serlo. ¿Qué pasaría si en realidad usted no quiere, pero su mamá y su pareja, o sus familiares, quieren que tenga un bebé? ¿Qué pasaría si no se siente todavía preparada porque quiere seguir estudiando o trabajar?

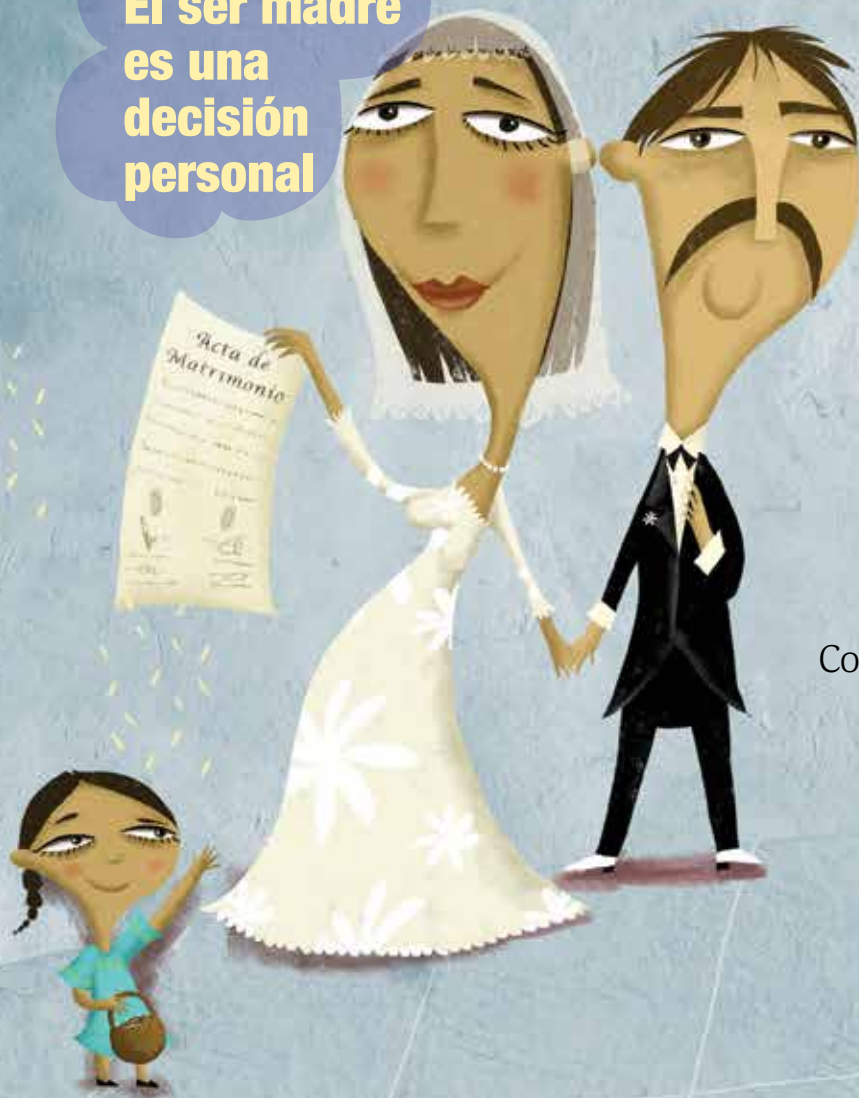
O en el caso contrario, ¿qué pasaría si usted quiere tener un bebé, pero a nadie le parece buena idea?

Pues bien, la decisión es suya, es algo personal y está en todo su derecho de decidir tenerlo o no.

Pero como se trata de una decisión muy importante, que debe pensar muy bien y asumir con responsabilidad; en este artículo encontrará información que debe tomar en cuenta.



El ser madre es una decisión personal



rollo Humano en América Latina (CIDHAL)*:

Generalmente las mujeres no nos preguntamos si queremos o no ser madres. De pequeñas, ni siquiera se nos ocurre que no lo llegemos a ser. Podemos pensar que no queremos casarnos (cada día hay más niñas que así piensan), pero no que dejemos de ser mamás.

Continúa el texto citado:

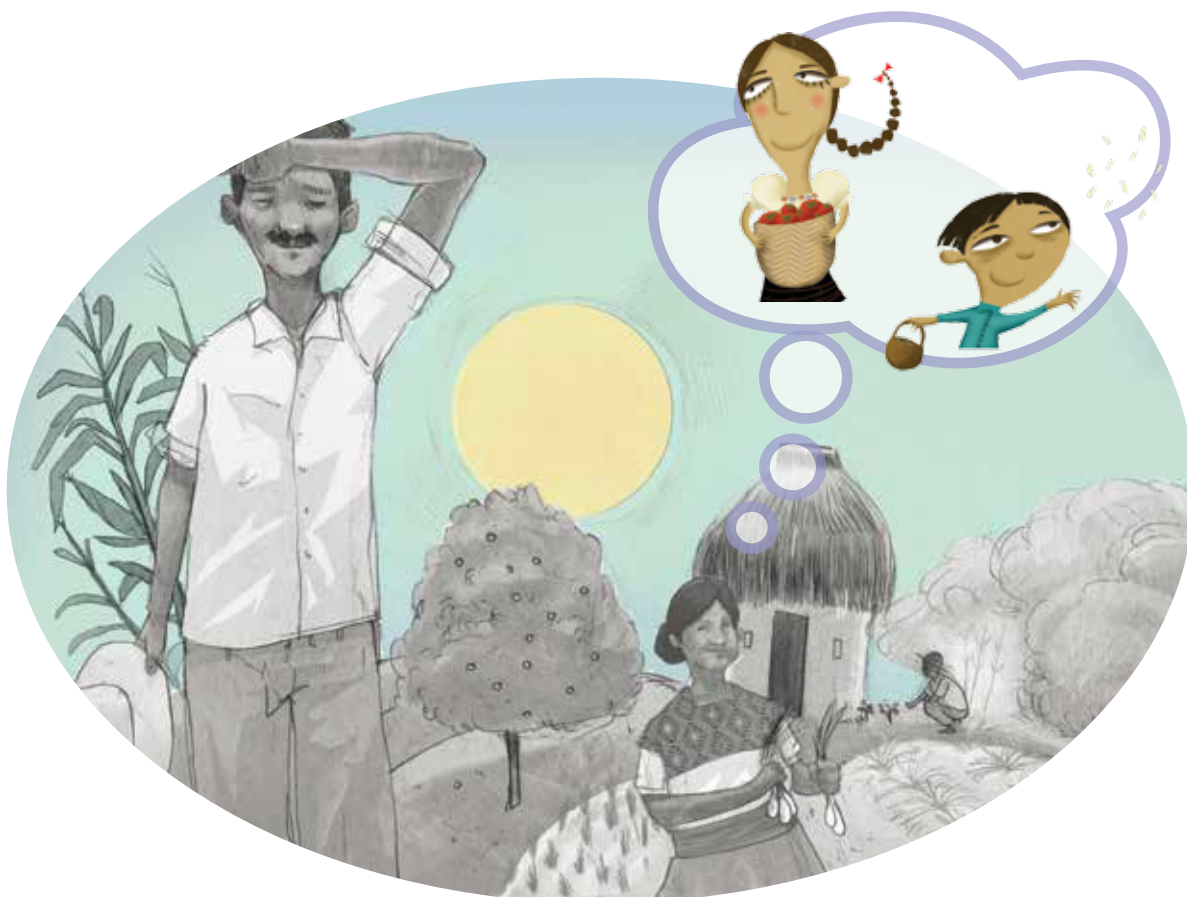
A medida que crecemos, otras cosas llegan a ser importantes también: nos interesa estudiar, trabajar, conseguir novio, tener nuestra propia casa, pero sobre todo, la mayoría de las mujeres piensa en tener su propia familia. Cuando la mujer pasa de los veinticinco o treinta (y en el campo, incluso cuando pasa de los veinte) sin tener hijos, se empieza a preocupar y muchas veces decide tener uno, aunque no se haya casado o no tenga compañero fijo (...) hay mujeres que se encuentran con tres o cuatro hijos antes de cuestionarse por qué los están teniendo, o antes de pensar si los querían o no los querían.

La mayoría de las veces, las mujeres no decidimos si queremos ser madres o no, porque no nos detenemos a pensar en ello. La decisión de tener un hijo o no tenerlo es muy importante y, por lo tanto, merece toda nuestra atención.

Es muy común que nuestra decisión no sea una decisión consciente porque, como se menciona en el manual de la asociación Comunicación, Intercambio y Desa-



* CIDHAL. La decisión de ser madre. En *Sobre el cuerpo y la identidad*. México.



Pero esto puede cambiar, y para hacerlo tenemos que pensar mucho en por qué queremos ser madres.

¿Que influye en nuestra decisión?

A veces, sin saberlo, tenemos ideas equivocadas respecto de la maternidad, que nos influyen en la decisión de ser madres, por esta razón debemos pensar detenida-

mente cuáles son los motivos que nos hacen querer tener un hijo o no tenerlo.

Es importante pensar en por qué queremos ser madres, pues:

No es solamente la imitación de nuestra madre lo que nos influye para tener hijos. En la sociedad hay creencias muy claras sobre el valor de la maternidad.

Desde tiempo inmemorial, las familias en el campo valoraban mucho tener familias grandes por muchas razones:

había más brazos para trabajar el campo; si algunos hijos morían de niños, siempre habrían otros para sustituirlos; cuantos más hijos, más posibilidad de que alguno de ellos cuidara de los padres cuando se hicieran grandes. Las niñas de la familia se valoraban por su fuerza para trabajar, pero más por su capacidad de servir a los hombres que salían al campo. Al fin que ellas se casarían y se irían a otras familias.

Hacer un proyecto de vida

En la actualidad, para muchas mujeres es muy importante realizar sus proyectos de vida, por ejemplo estudiar, trabajar, poner un negocio o vivir en pareja. Por eso, la idea de convertirse en madre se está volviendo cada vez más una idea pensada.

Es muy importante que tengamos un proyecto propio, que pensemos en lo que queremos hacer, dentro o fuera de la casa, y que hagamos nuevos planes para nuestra vida.

Antes de decidir tener un hijo, debemos pensar en nosotras mismas y tener un plan de vida para rea-

lizarnos primero como mujeres, y después complementar nuestra realización como madres. Esto es muy importante, y al respecto se menciona en el texto citado:

[...] la idea de que en un momento dado seremos madres hace que frecuentemente no le pongamos empeño al estudio, al trabajo o a la carrera, como si estas fueran cosas secundarias.

Tener un hijo o una hija

Ahora bien, si no queremos tener hijos o no queremos tener más de uno, es muy importante comunicarnos con nuestra pareja, para que sepa qué es lo que sentimos y lo que pensamos.

En la decisión de tener más de un hijo [...] el dar hermanos al primer bebé es una gran razón que pesa mucho para algunas mujeres, aunque en el fondo ellas no tengan muchas ganas.

Para otras mujeres, la ignorancia sobre las formas de usar anticonceptivos es la razón principal de sus embarazos repetidos. Y al mismo tiempo, la dificultad para comunicarse con el compañero, para insistir en que las relaciones sexuales se den cuando nosotras estemos listas, cuando nos



sintamos bien; cuando estemos protegidas para no embarazarnos.

Al planear cuántos hijos queremos tener, es importante tomar en cuenta que el cuidado médico, la alimentación, la ropa y, en fin, la vida, es cara, para que así podamos darles una vida mejor.

Una de las razones que más pesa es la carestía de vida. Es caro el cuidado médico. La mayoría de las mujeres no tiene cobertura de las instituciones de salud del Estado, como sería del Seguro Social, el ISSSTE o Salubridad. También es caro comprar leche y pañales, alimentos, enviar a los niños a la

escuela, tener espacio en una vivienda adecuada, comprarles ropa, etcétera.

Si planeamos nuestra vida, nos daremos cuenta de que necesitamos tener tiempo y recursos para nosotras, y esto es algo que debemos considerar al tomar una decisión. Por ejemplo:

[...] el hecho de que la mayoría de las mujeres tengamos que salir a conseguir un ingreso hace todavía más difícil que tengamos varios hijos, porque además no hay guarderías suficientes a nuestro alcance. Tener otro hijo significa que los recursos para los demás sean más escasos.





Nuestra decisión

Nosotras tenemos el poder de decidir ser madres o no, pero es importante reflexionar sobre si estamos en condiciones de tener un hijo, y si tenemos el apoyo emocional y económico de nuestro compañero antes de tomar la decisión. Y si no tenemos pareja, reconocer si realmente estamos en condiciones de tener un hijo:

Todo esto nos hace darnos cuenta de qué tan sola está la mujer a veces,

cuando tiene que hacer la decisión sobre si quiere tener hijos o no, y si ya los tiene, si está en condiciones de tener uno más. Pareciera que todo mundo tiene intereses sobre ella y que pocas veces puede escuchar lo que ella misma desearía y lo que está en condiciones de llevar a cabo con disfrute y placer.

Otro aspecto a tener en cuenta tiene que ver con los apoyos que tenemos a mano para ayudarnos a sacar adelante a un nuevo hijo, no solamente en los primeros meses sino también después. Por ejemplo, cuando una mujer se invo-

lucra emocionalmente con un hombre, este muchas veces le pide un hijo como muestra de su amor. La mujer tendrá que tener en cuenta si realmente va a tener apoyo con este nuevo hijo, o si pasado un tiempo va a estar sola de nuevo, pero con un nuevo peso encima. Por otra parte, decidir tener hijos porque realmente lo deseamos y tenemos las condiciones para ello, aun cuando la gente no lo vea bien, por ejemplo si no tenemos pareja, tampoco es fácil.

Ya sea que decidamos tenerlo o no, la decisión es nuestra, y para

ello debemos tomar en cuenta lo que sentimos y lo que pensamos.

La decisión de no tener más hijos por ahora, aunque no se esté embarazada, supone poner los medios para no embarazarse, es decir, iniciar un nuevo tipo de relación con el compañero, en el que no se dé penetración, utilizar anticonceptivos, etc. Para eso hay que tener las ideas claras, particularmente si otros miembros de la familia presionan para que sí nos embaracemos. En todo caso, la decisión es nuestra.

GLOSARIO

carestía de vida: Se refiere a lo caro que está todo en la vida, es decir, los alimentos, el vestido, el transporte, los servicios médicos, etcétera.

DIU: Se trata de un objeto pequeño que se introduce en el útero con el propósito de impedir un embarazo.

espacio doméstico: Todas las actividades propias del hogar. En el artículo, se refiere a que es muy difícil para una mujer encontrar

trabajo, y aunque esto está cambiando, la mayoría de las mujeres son amas de casa.

proyecto de vida: Son los planes que una persona tiene para su vida. Por ejemplo, el proyecto de vida de una mujer podría ser: “Cuando termine de estudiar, quiero encontrar un trabajo y luego vivir con mi pareja y disfrutar juntos un tiempo para después formar una familia”.

**AYUDEMOS A NUESTROS
HIJOS E HIJAS
A DESARROLLAR SU**

AUTOESTIMA

¿Qué es la autoestima?

1 La autoestima es tener confianza en nuestra persona, ser independientes y tomar nuestras propias decisiones, así como tener control y responsabilidad de nuestros actos.

Si al niño o niña los tratamos con cariño y respeto, es posible que acepte con facilidad los valores y normas de la familia, además pueden lograr mayor confianza y seguridad en sí mismos y en los demás, que son necesarias para su desarrollo físico, social e intelectual.



Ayudemos a nuestros hijos e hijas a confiar en sí mismos

2 Los padres y las madres debemos demostrar a nuestros hijos e hijas que son personas muy importantes en nuestra vida, esto les ayudará para que muestren sentimientos de afecto hacia otros niños y niñas y hacia las personas adultas, y a que tengan mayor seguridad al momento de tomar decisiones.

Apoyémoslos cuando realicen alguna actividad, con frases de aliento como “muy bien”, “cada vez lo haces mejor”, “este trabajo te quedó mejor que el anterior”.

Cuando lo anterior no sea posible porque la actividad no está bien realizada, no los regañemos, ni menospreciemos y menos los comparemos con otro niño o niña; por el contrario, digámosles: “te quedó bien, y puedes hacerlo mejor”, “está bien, y si lo intentas de nuevo, seguro mejorará”. De ser necesario ayudémoslos a repetir la actividad.

Muestre interés en lo que hace su hija o hijo, pregúntele qué piensa sobre alguna situación de la vida cotidiana, indague qué siente ante determinados hechos como desastres naturales, injusticias, organización de un acto o sobre otras cosas que le llamen la atención. Expresé su punto de vista sobre alguna situación, respetando su forma de pensar.



En la escuela

3

Muchas veces los niños y niñas, cuando asisten a la escuela, se encuentran con dificultades que les provocan alguna preocupación, por lo cual es recomendable preguntarles sobre su día en la escuela, conocer qué es lo que les preocupa para brindarles apoyo, y estimularles para que no se sientan solos o solas y ayudarles a resolver su problema; también, si es necesario, hablemos con su maestro o maestra para pedirle alguna orientación.



No todos los niños y las niñas son iguales

4

Todos los niños y las niñas tienen los mismos derechos, sin embargo, todos son diferentes en sus sentimientos, pensamientos y formas de actuar. No los comparemos con sus hermanos/as, ni con otros niños y niñas, sabemos que cada uno tiene sus propias cualidades.

La sobreprotección

5

Tengamos siempre un punto de equilibrio en la educación de nuestros hijos e hijas. No es recomendable ni el exceso de protección ni la falta de esta. La sobreprotección limita el desarrollo de la autoestima, dificulta el desarrollo de la confianza en nuestra persona y resta capacidad para afrontar los problemas de la vida diaria en la escuela, la casa, con las amistades, entre otros.



¿Cómo reforzar en la casa la autoestima de nuestros hijos e hijas?

6

- Aceptar y respetar a nuestros hijos e hijas.
- Proporcionarles siempre cariño y afecto.
- Tenerles siempre confianza.
- Que tomen decisiones personales y tomarles en cuenta en las decisiones familiares.
- Distribuir responsabilidades de acuerdo con su edad, esto les ayuda a sentirse útiles.
- Enseñarles a cuidarse en todos los aspectos, a respetar su cuerpo y atender sus necesidades.



ACTITUDES

ANTE EL CONFLICTO:

Ante el conflicto podemos tomar cinco diferentes actitudes; descubrir cuál es la que frecuentemente tomamos nos ayuda a entendernos y a comprender la causa de que algunos de nuestros conflictos no se resuelvan.



Competición (gano/pierdes): lo que importa es conseguir lo que yo quiero, hacer valer mis objetivos, mis metas, no importa que para ello tenga que pasar por encima de quien sea. Es más importante ganar que mantener la relación.

Acomodación (pierdo/ganas): con tal de no confrontar a la otra parte, yo no hago valer mis derechos, ni planteo mis objetivos. A menudo confundimos el respeto o la buena educación con no hacer valer nuestros derechos porque eso puede provocar tensión o

Cascón, P. (s. f.). *Educar en y para el conflicto*. Barcelona, Cátedra Unesco sobre Paz y Derechos Humanos-Universitat Autònoma de Barcelona: 7-9.

malestar. Vamos aguantándonos hasta que no podemos más y entonces nos destruimos o destruimos a la otra parte.

La evasión (pierdo/pierdes): ni los objetivos ni la relación salen bien parados, no se consigue ninguno de los dos. No enfrentamos los conflictos, metemos “la cabeza debajo del ala”, por miedo o por pensar que se resolverán por sí solos. No obstante, el conflicto no desaparece, crece y se convierte en un problema o en violencia.

La cooperación (gano/ganas): en este modelo, conseguir los propios objetivos es muy importante, pero la relación también. Tiene mucho que ver con la filosofía “no violenta”: el fin y los medios tienen que ser coherentes. Es un modelo en el que solo sirven soluciones gano-ganas, se trata de que todos y todas ganemos. Cooperar no es acomodarse, no puede ser renunciar a aquello que nos es fundamental. Sin ceder se puede llegar a negociar, de hecho hay que aprender a NO ceder en lo fundamental. Otra cosa diferente es que se puede ceder en lo que es menos importante.

La negociación: llegar a la cooperación plena es muy difícil, por ello se plantea otro modelo en el que se trata de que ambas partes ganen en lo fundamental, ya que no pueden llegar al 100%. Las dos partes se quedan con la sensación de que ha ganado lo fundamental.



La resolución de un conflicto no implica que no surjan otros. En la medida que continuemos con vida, los conflictos seguirán apareciendo y nos darán oportunidad para aprender. Resolver un conflicto nos prepara para resolver otros en el futuro.

Habilidades

de MADRES



Si bien, es cierto que no existen madres o padres perfectos, sí es posible saber qué aspectos o conductas de parte de los progenitores son necesarias para lograr una crianza sana y satisfactoria.



y PADRES



Las siguientes habilidades son necesarias en todas las edades de los hijos o hijas, con las particularidades de cada edad, individuo y contexto.

Según Barudy y Dantagnan (2010), las capacidades fundamentales de los padres y madres se refieren a los recursos emotivos, cognitivos y conductuales que les permiten relacionarse adecuadamente con sus hijos e hijas y dar respuestas apropiadas a sus necesidades.

Para ser un padre o madre más eficiente, necesitamos desarrollar principalmente:

- 1** El apego o la capacidad de vincularse, es decir, transmitir a los hijos e hijas afecto y la confianza de que estará ahí para atender sus necesidades.
- 2** La empatía o capacidad para percibir las necesidades de las hijas e hijos, es decir, ponerse imaginariamente en su lugar para entender cómo se sienten y qué necesitan.
- 3** La habilidad para participar en redes sociales y utilizar recursos comunitarios, crear redes de apoyo que fortalezcan y proporcionen recursos para la vida familiar. También participar y buscar apoyo en las instituciones y en los profesionales que velan por la infancia.
- 4** La comunicación asertiva: poder expresar de forma honesta, directa y adecuada los pensamientos, sentimientos o necesidades. Enseñar a los hijos e hijas a decir NO.
- 5** Normas y límites: poner reglas de convivencia al interior de la familia y hacer ajustes para adaptarlas a las diferentes etapas de desarrollo de los integrantes de la familia. Poder definir quiénes son la autoridad.

- 6** Solución y manejo de conflictos: poder analizar los conflictos desde diferentes perspectivas, tener una actitud positiva ante ellos y tomar acuerdos.

Con lo anterior favoreceremos en nuestros hijos e hijas el desarrollo de su confianza, autoestima y una personalidad sana.

Para poner en práctica las habilidades, usted puede:

- Aceptar a su hijo o hija como es, sin pretender que sea diferente; evitar compararlo.
- Hacerle saber a su hija o hijo que le quiere tal y como es, incluso cuando se porta mal. Dejarle claro que su conducta está mal, pero él o ella no son mala persona.
- Confiar en sus posibilidades y capacidades, ayudarle a descubrir sus talentos.
- Darle responsabilidades de acuerdo con su edad y sus habilidades.
- Enseñarle la igualdad de derechos y respetar las diferencias individuales.
- Poner en casa reglas claras, platicarlas y supervisar que se respeten.
- Abrazarle y darle muestras de afecto.
- Hacerle saber que estaremos ahí para cuidarle y apoyarle.





Ser padres, una experiencia compartida

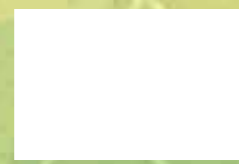
Hacia una
maternidad y
paternidad
compartidas



GOBIERNO DE MÉXICO

SEP
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA

INSTITUTO NACIONAL PARA LA EDUCACIÓN DE LOS ADULTOS



DISTRIBUCIÓN GRATUITA

Este programa es público, ajeno a cualquier partido político. Queda prohibido su uso para fines distintos a los establecidos en el programa.

Revista

DIRECTORIO
Esteban Moctezuma Barragán
Secretario de Educación Pública

Gerardo Molina Álvarez
Encargado del despacho de la Dirección General del INEA

Créditos de la presente edición

Coordinación general
Celia del Socorro Solís Sánchez

Coordinación
Carmen Díaz González

Actualización de contenidos
Adnil Jacoba Cruz Lara
Ma. Piedad Landaverde Ponce

Revisión técnica
Patricia Pérez Gómez

Revisión de Conapo
José Luis Osorio Sánchez
Sandra Guevara de la Torre
José Ernesto Chang Querido
Vicente Álvarez
Monserrat Nava Zepeda

Dirección gráfica y cuidado de la edición
Greta Sánchez Muñoz
Adriana Barraza Hernández

Calidad y seguimiento editorial
Hugo Fernández Alonso

Revisión editorial
Eliseo Brena Becerril
Laura Sainz Olivares
Hugo Fernández Alonso

Diseño gráfico
Guadalupe Pacheco Marcos

Diagramación
Abraham Menes Nuñez[†]
Ricardo Pérez Rovira

Ilustración
Luis Gabriel Pacheco Marcos
Alberto Eduardo Hernández Pérez
Valeria Gallo López de Lara

Fotografía
Lizeth Arauz Velasco
Greta Sánchez Muñoz
Archivo fotográfico de la Dirección General de Actividades Cinematográficas de la UNAM

Ilustración de portada
Israel Emilio Ramírez Sánchez

Diseño de portada
Adriana Barraza Hernández

Este material tiene como antecedente los contenidos de la primera y segunda ediciones, cuyos créditos son: *Primera edición*. Coordinación académica: Sara Elena Mendoza Ortega. Coordinación técnica: Adriana Valdés Murillo. Compilación: Adriana Valdés Murillo, Cenobio Popoca Ochoa, Esther Madrid Buenrostro, Humberto Avendaño López, Felipe Bonilla Castillo. Revisión de textos: Sara Elena Mendoza Ortega, María del Carmen Atlaco Macedo, Rosalía Mejía Mejía, Lorena Peralta. Coordinación gráfica y cuidado de la edición: Greta Sánchez Muñoz. Diseño gráfico: Alicia Lovera. Ilustración: Luis G. Pacheco Marcos, José Luis Echave, Verónica Zenteno Caderón. Fotografía: Sabás Arepa, Archivo fotográfico de la Dirección General de Actividades Cinematográficas de la UNAM. *Segunda edición*. Revisión de contenidos: Sara Elena Mendoza Ortega, María del Carmen Atlaco Macedo, Maribel Hidalgo Morales, Rosalía Mejía Mejía. Revisión de textos: Esther Schumacher García, Águeda Saavedra Rodríguez, Luz Pérez Moreno Colmenero, Rocio González Díaz, Socorro Martínez de la Vega. Revisión editorial y seguimiento: Laura Sainz Olivares, Marcela Zubieta. Coordinación gráfica y cuidado de la edición: Greta Sánchez Muñoz, Adriana Barraza Hernández, Guadalupe Pacheco Marcos. Diseño gráfico: Humberto Brera Gómez. *Segunda edición actualizada*. Coordinación académica: Sara Elena Mendoza Ortega. Compilación: Adriana Valdés Murillo, Cenobio Popoca Ochoa, Esther Madrid Buenrostro, Humberto Avendaño López, Felipe Bonilla Castillo. Actualización de contenidos: Alma Delia Saldaña Méndez, María del Carmen Atlaco Macedo. Coordinación gráfica y cuidado de la edición: Greta Sánchez Muñoz, Adriana Barraza Hernández. Seguimiento editorial: María del Carmen Cano Aguilar. Diseño gráfico: Alicia Lovera, Humberto Brera Gómez. Revisión editorial: Eliseo Brena Becerril, Laura Sainz Olivares. Diagramación: Eliseo Brena Becerril. Ilustración: Luis Gabriel Pacheco Marcos, José Luis Echave, Verónica Zenteno Caderón. Fotografía: Sabás Arepa.

Ser padres, una experiencia compartida. Revista. D. R. 1999 © Instituto Nacional para la Educación de los Adultos, INEA. Francisco Márquez 160, Col. Condesa, Ciudad de México. C. P. 06140. 3ª edición 2019.

Esta obra es propiedad intelectual de sus autores y los derechos de publicación han sido legalmente transferidos al INEA. Prohibida su reproducción parcial o total por cualquier medio, sin autorización escrita de su legítimo titular de derechos.

Algunas veces no fue posible encontrar la propiedad de los derechos de algunos textos y/o imágenes aquí reproducidos. La intención es ayudar a personas sin educación básica, y sin fines de lucro. Si usted conoce la fuente de alguna referencia sin crédito, agradeceremos establecer contacto con nosotros para otorgar el crédito correspondiente.

ISBN *Modelo Educación para la Vida y el Trabajo*.
Obra completa: 970-23-0274-9

ISBN *Ser padres, una experiencia compartida*. Revista: En trámite

Impreso en México, 2019.

ÍNDICE GENERAL

2

La casa de los arreglos



8

Pasan por el cine mexicano:
Fernando Soler, Andrés Soler
y Joaquín Pardavé

