

Familias y el covid-19, una propuesta de orientación y educación familiar.

Filiación institucional:

Jhoan Sebastián Castillo Sánchez ³
Psicólogo y Especialista en Educación y Orientación Familiar de la Unimonstrate

Flor Yamile Martin Rivera ⁴
Licenciada en Educación Básica y Especialista en Educación y Orientación Familiar de la Unimonstrate.

Resumen

La presente investigación se realizó en el marco de una actividad denominada “Experiencia de Camino” de la especialización en Orientación y Educación Familiar (EEOF) de la Fundación Universitaria Unimonstrate, cuyo objetivo fue el de construir una propuesta de intervención que favoreciera a los estudiantes de la especialización y sus familias, en la generación de espacios asertivos de interacción y reflexión que fortalecieran los vínculos entre sus integrantes, como una oportunidad de crecimiento personal y colectivo bajo el contexto de la coyuntura actual por la pandemia del COVID-19. Para lograr dicho objetivo se construyó una propuesta de investigación acción que incluyó diversas técnicas y herramientas de evaluación e intervención, construidas desde la perspectiva sistémica y el modelo de la orientación y educación familiar.

Dentro de los principales hallazgos se encontraron diferentes experiencias emocionales en las familias ante las situaciones generadas por la pandemia, así como nuevas formas de comunicación que aparecieron durante la vivencia de estas situaciones y se visibilizó en algunos casos las reorganizaciones familiares que permitieron afrontar dicha crisis.

Palabras clave: familia, educación familiar, pandemia, covid-19.

³ Email:
jscastillo@unimonstrate.edu.co

⁴ Email:
fmartin@unimonstrate.edu.co

Abstract:

The present research was carried out as part of an activity called “The Path Experience” of the specialization in Family Orientation and Education (EEOF), whose objective was to create an intervention that would benefit the students of the specialization and their families, generating spaces for interaction and reflection that would strengthen the bonds between its members, as an opportunity for personal and collective growth within the context of the COVID-19 pandemic. To achieve this objective, a research proposal was built that included various evaluation and intervention techniques and tools based on the systemic perspective and the family orientation and education model.

Among the main findings, different emotional experiences were found in families responding to situations generated by the pandemic, as well as new forms of communication that arose in the midst of these situations, and in some cases family reorganizations emerged that made it possible to face this crisis.

Keywords: family, family education, pandemic, covid-19.

Introducción

Diversos fenómenos a lo largo de la historia de la humanidad han marcado la sociedad y la cultura, entre estos, los brotes de enfermedades infecciosas, tales como la peste negra, la gripe española, el ébola, el VIH y hoy, el coronavirus. La actual crisis de salud a nivel mundial causada por el virus COVID-19, ha generado una serie de cambios, como la forzosa implantación en el mundo laboral del trabajo en casa siguiendo los lineamientos dados por las autoridades competentes; la masiva aplicación de medidas de suspensión temporal de la actividad laboral, la suspensión temporal de las actividades escolares y académicas, la transformación de la educación por medio de la utilización de medios virtuales y el distanciamiento social, han sido las medidas más frecuentes para la prevención de la infección; todo esto ha dado lugar a un escenario inédito, forzoso, complejo e inesperado para las familias, ante el cual las organizaciones, administraciones, organismos y colectivos han trabajado duramente para atender efectivamente las necesidades de la sociedad.

En línea con lo anterior, no es novedoso para la historia de la humanidad que estas crisis sanitarias afecten diversas dinámicas de la sociedad, de acuerdo con Duarte (2020), las pandemias más recientes han posibilitado cambios estructurales en los modelos de trabajo, la mujer se reconoce como mano de obra significativa para las industrias, se aumentan los salarios y por ende, la estructura familiar se ve sujeta a algunos cambios para adaptarse a los nuevos modelos económicos de la época. A modo de ejemplo, se puede recordar que la última pandemia que vivió el mundo sucedió hace 40 años por el VIH que ocurrió a mediados de los 70, avanzando aún en el número de víctimas mortales, 32 millones de muertos hasta el 2020 (Rodgers, 2020), y que han marcado cambios en las estructuras sociales de los países, reconociendo una exacerbación de la pobreza, aumento de la desigualdad y cambios en las organizaciones familiares al incapacitar a aquellos miembros posibles benefactores económicos sin dejar de lado el sufrimiento y estigma que se experimenta al interior de los hogares (Ochoa, 2003).

Esto da cuenta de cómo estos eventos repentinos en la historia de la humanidad han pautado unos cambios que impactan, entre otros, a la familia, por tanto, es necesario revisar y hacer seguimiento a las transformaciones derivadas de la pandemia actual, para definir aquellos aspectos que se están reestructurando y favorecer nuevas maneras de adaptación de las familias, frente a la actual situación del COVID-19, ya que desde algunas fuentes de información se observa cómo la familia ha venido presentando una serie de dificultades al interior del hogar, tanto así que se reconoce un aumento de un 110% en los índices de denuncia de violencia familiar (Consejería Presidencial, 2020).

De igual modo, en el ámbito familiar, se puede observar en los propios contextos personales de las familias de los investigadores, que el afrontamiento de las situaciones de crisis han conllevado unas respuestas adaptativas, cuya gestión requerirá conocimiento, organización, comunicación y cambios que, tomados en su conjunto, fortalecerán la compleja situación de las familias en términos de adecuación a las nuevas circunstancias sociales, políticas, económicas, culturales y medio ambientales. Debido a lo anterior, surgió el interés de acompañar a dichas familias en esta situación, ya que en el marco educativo de la Especialización en Educación y Orientación Familiar (EEOF) planteada desde el modelo pedagógico de la orientación, se entiende que es fundamental para la formación como orientador, partir de la propia experiencia de la relación con el sistema familiar para aprender y construir modelos de acompañamiento (Quintana, 1993).

A modo de contexto, en el programa de la especialización en Orientación y Educación Familiar existe un espacio educativo denominado “Experiencia de Camino” el cual tiene como objetivo consolidar los aprendizajes obtenidos hasta el momento y articularlos con una experiencia de intervención, dada desde la orientación para un grupo particular de familias (Fundación universitaria Unimonserrate, 2011), en ese orden de ideas, emergió el interés por parte de los investigadores en indagar sobre las realidades que se estaban presentando en las familias de los estudiantes tras la pandemia del covid 19. Debido al constante ejercicio autorreferencial de los aprendizajes en el programa de la especialización, se reconocieron algunas necesidades de trabajo en los hogares de la cohorte 78A y en función de la facilidad en el acceso a la población se escogieron dichas familias para ser parte de esta investigación, proponiendo como pregunta problema: *¿cómo se han organizado y reorganizado las familias de los estudiantes de la especialización de Orientación y Educación Familiar de la cohorte 78A, tras la pandemia del COVID - 19?*

Por otro lado, con el objetivo de dar respuesta a las necesidades de las familias, se buscó el diseño de una propuesta de orientación que permitiera poner en juego: las intenciones de las familias de encontrar herramientas para adaptarse a estas nuevas realidades, fomentar el aprendizaje colaborativo entre las familias y los especialistas en formación, y cumplir con el objetivo del espacio pedagógico de “Experiencia de camino” que debía resolverse durante ese tiempo de formación; es por lo anterior, que se planteó la otra pregunta de intervención: *¿qué estrategias de intervención se pueden construir para acompañar los cambios que viven estas familias?*

Para dar respuesta a los interrogantes planteados anteriormente, se propuso como objetivo construir una propuesta desde la Orientación Familiar que favoreciera a los estudiantes de la EEOF de la cohorte 78A II Cuatrimestre y sus familias, en la generación de espacios asertivos de interacción y reflexión que fortalecieran los vínculos entre sus integrantes, como una oportunidad de crecimiento personal y colectivo. Otros propósitos relacionados con este objetivo fueron identificar al interior de las familias, la incidencia que tuvo la pandemia del Covid-19 en sus dinámicas familiares, así como sus necesidades frente a los cambios presentados, para finalmente construir una actividad de orientación y educación a familias que permitiera la visibilización de recursos y relatos significativos que apoyaran este proceso de adaptación.

El marco epistemológico sobre el cual se basó la investigación y propuesta de trabajo con las familias, se construyó desde los principios del enfoque sistémico fundamentado en la Teoría General de Sistemas de Von Bertalanffy (1986 citado en Garibay, 2013), el cual considera a la familia como una entidad cuya existencia y funciones se mantienen integradas por la interacción de sus partes, que forman una unidad frente al medio externo e importa y exporta materia, energía e información. Este a su vez, está integrado por subsistemas que cumplen un objetivo propio y unos roles que contribuyen al funcionamiento de la familia (Giraldo, 2008 y Garibay, 2013), tales como el conyugal (la pareja), parental o filial (padres e hijos), y el fraterno (hermanos) (Giraldo, 2008). Igualmente, este enfoque incluye al observador dentro del ejercicio investigativo en la medida que este pone en juego también su realidad como observador de las dinámicas interaccionales de la familia para construir procesos de transformación desde la identificación de recursos y la activación de la autonomía (Hernández, 1999).

La propuesta de investigación se basó en tres elementos conceptuales: familia, emociones y comunicación, que fueron las categorías que emergieron del rastreo conceptual realizado y de los relatos de las

familias participantes, quienes realizaron una encuesta de caracterización e identificación de necesidades que después se explicará con mayor detalle. Los conceptos explicados anteriormente se comprendieron en la presente investigación como:

Familia

Para la investigación, se toma la definición realizada por Ángela Hernández (1999), en la que afirma:

La familia es un sistema, en la medida en que está constituida por una red de relaciones; es natural, porque responde a necesidades biológicas y psicológicas inherentes a la supervivencia humana; y tiene características propias, en cuanto a que no hay ninguna otra instancia social que hasta ahora haya logrado reemplazarla como fuente de satisfacción de las necesidades psicoafectivas tempranas de todo ser humano.

La familia incluye tres perspectivas: una relativa a los patrones de organización o configuración de las relaciones que determinan sus características esenciales como sistema; otra estructural, relativa a los aspectos de la composición, jerarquía, límites, roles, subsistemas, etc., donde se materializan los patrones de organización y otra evolutiva, donde se considera a la familia como un sistema morfogénico en creciente complejidad y en cambio permanente. (p. 5)

Emociones

Para el ejercicio de rastreo teórico, resultó interesante señalar la definición de Humberto Maturana (1992) sobre las emociones, ya que este las narra como sustratos biológicos que guían el comportamiento humano pero que a su vez están mediadas por las interacciones con el medio, tal como lo menciona:

La emoción no es un sentimiento sino, desde un punto de vista biológico, *son disposiciones corporales que determinan o especifican dominios de acciones*, una disposición corporal dinámica que define los distintos dominios en que nos movemos. Cuando uno cambia de emoción cambia de dominio de acción; la emoción es el sustrato de nuestro comportamiento y premisa fundamental de todo sistema racional.

La emoción que hace posible la convivencia es el amor “que constituye el dominio de acciones en que nuestras interacciones recurrentes con otro hacen al otro un legítimo otro en la convivencia”. Las interacciones recurrentes en el amor amplían y establecen la convivencia, por el contrario las interacciones recurrentes en la agresión interfieren y rompen la convivencia. (Maturana, 1992, p. 234).

El mismo autor refiere que existe una tendencia social a negar y desvalorizar el aspecto emocional, lo que nos impide ver la estrecha relación existente entre la razón y la emoción que se incorporan en nuestro vivir. Es así que como seres humanos nos enfocamos solamente en discursos racionales y negamos el amor, por lo que, a su vez hacemos negación del otro, cuando como parte de nuestra biología está el aceptar al otro en la convivencia.

Es por esto que dentro de la familia educar en las emociones es un proceso que permite la transformación espontánea de estos discursos dominantes, ya que en el vivir cotidiano como individuos estamos en constantes cambios estructurales, que implica la experiencia de emociones como el miedo, la tristeza, la rabia, entre otros, y sumado al fenómeno del COVID-19, se puede poner en juego la expresión de estas emociones como realidad humana ante el sufrimiento y/o experiencia de pérdida, y esto es algo que se reafirmó con las situaciones vividas de los investigadores y de los especialistas en formación de la cohorte 78A, encontrando cómo dichos cambios estaban teniendo un impacto en los sentimientos y emociones que se compartían al interior del hogar.

Para el ejercicio de la propuesta de orientación y educación para las familias y partiendo de la comprensión de que todas las relaciones están en una dinámica emocional, se hace relevante identificar aquellos impactos, reflexiones, sentires, haceres y/o cambios estructurales que se dieron en la convivencia al interior de las familias tras la coyuntura de la pandemia.

Por otro lado, para el estudio se consideró la relación del contexto cultural y las emociones, donde a partir de los estudios de Margareth Mead (2011 citado en Le Breton, 2013), se comprende cómo las emociones aunque se experimentan de manera general en las personas, sus maneras de manifestarse pueden cambiar de acuerdo a la exposición a situaciones y contextos donde se indica implícitamente que sentir, porque el comportamiento de la mayoría influye la manera cómo se experimentan y expresan las emociones y conlleva a la comprensión de que las emociones tienen un componente cultural, que los gestos y las expresiones se aprenden a través del contacto social, y que varían de acuerdo a la misma (Mead, 2011 citado en Le Breton, y Ekman, 2003). Es por esto, que a partir de la situación actual resulta interesante para los investigadores conocer cómo esta época de distanciamiento y coyuntura ha modulado al interior de la familia las vivencias y manifestaciones de la emocionalidad, ya que en los avances teóricos actuales no se han considerado este tipo de estudio por encontrarse ante la presencia de unas nuevas realidades familiares.

Comunicación

La palabra comunicación proviene del latín, *comunicare*, que en su primera acepción significa: hacer al otro partícipe de lo que uno tiene, intercambiar, compartir, poner en común; de manera que desde el mismo origen de la palabra, comunicarse presupone la existencia de la otredad, como factor clave para construir relaciones, pues en últimas, el proceso de comunicación tiene como fin llevar a reconocer a los otros como interlocutores válidos y establecer relaciones con los demás (Satir, 2005 citado en Garcés y Palacio, 2010).

De igual modo, desde este punto de vista, la comunicación es considerada como ese espacio donde se forman las individualidades de los actantes y sus propósitos en el mundo (Arango et al., 2016), es por ello que para la investigación resultó interesante comprender cómo los miembros de la familia estaban significando su realidad desde el intercambio de mensajes que aparecen bajo el contexto de la pandemia, cómo eso los hace sentir y cómo se posicionan frente a ello desde los actos comunicativos.

La comunicación también incluye el manejo y experiencia de las emociones, pues como lo menciona Watzlawick en sus axiomas de la comunicación, “la comunicación no es sólo verbal sino también gestual – no verbal”. (Watzlawick et al., 1985 p.51 citado por Arango, et al., 2016), es por ello que para la propuesta y análisis de la información se reconoció importante el lenguaje no verbal y la comunicación de las emociones a través de algunos gestos corporales para comprender cómo es la experiencia de la comunicación de las familias al interior del hogar y sobre todo ante una pandemia que puede devenir algunas situaciones de estrés y de eventos no normativos entendidos como aquellos acontecimientos accidentales que no forman parte del ciclo vital (Hernández, 2009).

Metodología

Para la presente investigación se asumió la perspectiva cualitativa ya que como menciona Noya Miranda (1995 en Delgado y Gutiérrez, 2007) “es el estudio de la construcción social de la realidad elaborada por los individuos” y en este caso, la realidad de las familias que han construido a partir de las situaciones contextuales de la pandemia del COVID-19. Así mismo, acorde a las propuestas sistémicas sobre la construcción de la realidad y las cibernéticas de primer y segundo orden, una metodología cualitativa permite reconocer a los investigadores como sujetos participantes del proyecto de intervención, ya que desde sus

realidades personales también aportaron elementos para el presente estudio; es la subjetividad aportando a un contexto en desarrollo (Lizcano, 2012 citado por Pedraza y Albornoz, 2017).

La estrategia metodológica implementada fue la Investigación Acción, ya que permitió consolidar y desarrollar los procesos investigativos cualitativos; la modalidad investigación/acción según Hernández, et al. (2014) se destaca por la relación que se establece entre el conocimiento, la acción y la transformación que posibilita, lo que conlleva a que su objetivo sea el de aportar al cambio social. De esta manera, la investigación acción favoreció enfocarse en contribuir a la resolución de problemas cotidianos, en este caso, los de las familias que se adaptaron a las situaciones contextuales de la pandemia, y al mejoramiento de sus prácticas comunicativas y emocionales.

El modelo de intervención que se usó para el desarrollo de la propuesta fue la orientación familiar, entendida como:

Proceso de ayuda a la familia con objeto de mejorar su función educativa (Sánchez, 1988) pero también, la dinámica funcional, adaptación de las circunstancias y el entorno vital para la mejora personal [...]. Ríos (1994:35) en donde se emplea «un conjunto de técnicas encaminadas a fortalecer las capacidades evidentes y latentes que tienen como objetivo el fortalecimiento de los vínculos del sistema, con el fin de que resulten sanos y capaces de estimular el progreso personal de los miembros. (Fernández, M., 2001, pp. 221-222).

Es por lo anterior que la propuesta de intervención desde la orientación familiar, estuvo encaminada a construir un espacio educativo que ayudara a los integrantes de las familias a comprender y analizar las situaciones de tensión que estaban experimentando bajo el contexto de la pandemia, e intercambiar experiencias, resolver conflictos y desarrollar potencialidades que les permitiera enfrentarse por sí mismos a las dificultades que fueran observando. De igual modo, a través de este modelo de intervención, se buscó que los integrantes de la familia reconocieran otros modos de relacionarse entre ellos, desde diferentes niveles de comunicación que pudieran contribuir con la satisfacción de necesidades emocionales, cognitivas y relacionales.

Las técnicas de análisis para llevar a cabo los resultados y conclusiones de la investigación fueron la observación participante y el diario de campo; la observación participante inicia con una interacción social entre investigador e investigados y se genera una recolección de datos de forma sistemática y no intrusiva, para llegar a ello se selecciona el escenario social y se permite la interacción a partir de un diálogo no forzado, con contacto reiterado, sin llegar a interferir en la cotidianidad o generar juicios, por ello es de gran importancia reconocer el significado del lenguaje verbal y no verbal que se presenta. De igual forma para realizar una observación detallada se deben emplear notas de campo, en las que se incluyan descripciones de las personas, acontecimientos, conversaciones, acciones, sentimiento e hipótesis de la interacción que se genera (Campoy y Gomes, 2009).

Como se mencionó anteriormente, las notas o diario de campo también fue uno de los instrumentos escogidos para el desarrollo del análisis de los resultados de la propuesta de intervención, pues como lo mencionan Bonilla y Rodríguez (1997, citado en Martínez, 2007) “el diario de campo debe permitirle al investigador un monitoreo permanente del proceso de observación. Puede ser especialmente útil [...] al investigador, en él se toma nota de aspectos que considere importantes para organizar, analizar e interpretar la información que está recogiendo”. Es de resaltar que las notas de campo también permiten realizar una articulación entre la práctica y la teoría, de tal modo que se hagan anotaciones más allá de una descripción y se logre una mayor profundidad en la observación (Martínez, 2007), es por ello que para el ejercicio de la observación y los diarios de campo, se seleccionaron unos observadores que cumplieron con su rol de describir el proceso de la intervención y cómo esto se iba articulando con el objetivo, las categorías de análisis y con los logros esperados y no esperados de la actividad.

Procedimiento

El procedimiento de la investigación inició con la selección de un grupo de familias que pudieran ser sujetos de la investigación e intervención, es por ello que se escogieron a las familias de los estudiantes de la especialización en Orientación y Educación Familiar de la Fundación Universitaria Unimonserrate que cursaban en la cohorte 78A. Esto sucedió por dos razones, la primera, fue porque era una población con facilidad de acceso para la organización y ejecución de una actividad de orientación, y segundo, porque en el ejercicio de las clases virtuales, los estudiantes e investigadores resaltaron algunas necesidades emocionales y relacionales en sus familias que hicieron pertinente la presente investigación.

Como parte de un ejercicio ético y epistemológico coherente, se realizó el diseño y aplicación de la encuesta “Cambios de la familia durante la pandemia” para hacer una lectura cercana a las formas de organización de los hogares de los estudiantes, y encontrar aquellas necesidades que como familias podrían experimentar por la pandemia y que pueden ser trabajadas en un espacio de orientación y educación para ellas mismas. Dicha encuesta propuso las siguientes preguntas que debían ser resueltas por todos los integrantes de la familia:

Tabla 1

Encuesta “Cambios de la familia durante la pandemia”

Pregunta Principal	Categorías: Organización, comunicación y afectividad familiar antes de pandemia
	¿Quiénes integraban nuestro núcleo familiar antes de la cuarentena?
	¿Qué actividades compartíamos antes de la cuarentena en familia? Mencionen tres y por favor enumeren cada una.
¿Cómo era mi familia antes de la pandemia?	¿Qué medios de comunicación (verbal y no verbal) usábamos en nuestra familia antes de la cuarentena?
	¿Quién/es tomaban las decisiones en el hogar?
	¿Qué expresiones de afecto se generaban al interior de nuestra familia antes de la cuarentena? Seleccionen una o varias según el caso.
Pregunta Principal	Categorías: Organización, comunicación y afectividad familiar durante la pandemia
	¿Quiénes integran nuestro núcleo familiar actualmente?
	Los tiempos que tiene cada uno de los integrantes de nuestra familia, ¿Nos permiten compartir espacios de encuentro?
¿Cómo es mi familia ahora?	¿Qué actividades realizamos para compartir en familia durante los días de cuarentena? Mencionen tres y por favor enumerar cada una.

¿Qué medios de comunicación utilizamos en familia actualmente (verbal y no verbal)?

¿Cómo son las demostraciones afectivas en nuestra casa hoy?

¿Quiénes toman las decisiones en nuestro hogar actualmente?

Pregunta Principal	Categoría: Cambios en la familia durante la pandemia
	Indique tres cambios notorios que identifiquen durante la cuarentena en las rutinas diarias de la familia (por favor enumerar cada una)
¿Qué cambios trajo la familia durante la cuarentena?	¿Qué acciones creemos que como familia ayudaron a la adaptación a la cuarentena? Describan mínimo dos y por favor enumerar cada una.
	¿Qué valores familiares se enriquecieron o surgieron con esta cuarentena? Mencionen 3 y por favor enumerar cada uno.
	¿Las relaciones con los miembros de nuestro núcleo familiar se han fortalecido o debilitado? Explique su respuesta.

Pregunta Principal	Categoría: Anhelos de las familias tras su experiencia en la pandemia
	¿Qué actividades de la vida en familia realizadas antes de la cuarentena, anhelamos retomar?
	Después de que pase el confinamiento, ¿Qué actividades anhelamos realizar en familia?
¿Qué anhelamos como familia en esta pandemia?	Después de que pase el confinamiento, ¿Cuáles actividades NO NOS GUSTARÍA HACER con nuestra familia?
	¿Qué aspectos nos gustaría fortalecer en nuestra familia para continuar con el proceso de adaptación durante la cuarentena?
	Si tuviéramos la posibilidad de asistir a un taller de familia, ¿Qué temas nos gustaría conocer?

Las preguntas acerca de ¿cómo era mi familia antes de la cuarentena? y ¿cómo es mi familia ahora?, fueron definidas y analizadas desde las categorías: estructura u organización familiar, comunicación y socio-afectividad, las cuales hacen parte de las unidades temáticas que plantea la universidad en el programa de la Especialización en Orientación y Educación Familiar, y que en relación con la presente investigación, ayudaron a organizar la información de manera coherente con el marco epistemológico y conforme a las categorías teóricas propuestas: familia, emociones y comunicación.

La aplicación de la encuesta se realizó, por medio de un formulario en la plataforma de Google, que se compartió con las 31 familias de los estudiantes de la especialización, quienes dinamizaron el proceso de diligenciamiento de cada encuesta, pero que no se hicieron partícipes de la solución de la misma, para reducir el riesgo de sesgo de manera significativa; por supuesto, en este proceso se tuvo en cuenta el uso responsable de los datos y la confidencialidad de la información suministrada, por medio del consentimiento informado.

Luego de diligenciadas las encuestas por cada sistema familiar, se continuó con la recolección y análisis de la información a través del análisis categorial, con el fin de estudiar las respuestas obtenidas desde los conceptos teóricos propuestos y las unidades temáticas de la especialización de: organización, comunicación, socioafectividad, emociones y familia; de igual manera, se presentan las categorías de cambios y anhelos, en donde se buscó reconocer cómo desde sus nuevas vivencias se ha transformado su ambiente familiar y así mismo, que aspectos desean re-estructurar o construir, para así lograr encontrar una mejor conexión con las necesidades manifiestas de la familia y el objetivo de la propuesta de intervención.

En el análisis categorial se obtuvieron las siguientes conclusiones para el desarrollo de la propuesta de trabajo con las familias:

- **Organización:** Respecto a la estructura familiar, se dio cuenta que la mayoría de las familias mantuvo la organización o estructura del sistema durante la transición de la pandemia, y en un bajo porcentaje, otras familias se vieron sujetas a cambios en cuanto a la cantidad de integrantes en la vivienda. Así mismo, se pudo reconocer algunas variaciones en la toma de decisiones, las cuales empezaron a cambiar a partir de la entrada de nuevos integrantes en los sistemas familiares y de acuerdo a los cambios en las fuentes de poder (sustento económico y el cuidado del hogar).
- **Comunicación:** En cuanto a las pautas interactivas de las familias, se encontró que para ellas es importante las conversaciones verbales entre todos los integrantes del hogar; de igual modo, se encontró que el uso de las redes sociales como dispositivo de interacción, se encuentran en un 20% de las familias encuestadas. En relación a las actividades sociales, entendidas como esos espacios en los que se presenta la comunicación familiar, se reconoció que las familias en la transición de la pandemia, empezaron a buscar estrategias dentro de la casa para compartir entre ellos, tales como cocinar y/o realizar juegos de mesa. Por otro lado, desaparecieron las actividades de ir al cine, viajar y hacer actividades recreativas, lo cual puede verse relacionado con las medidas de confinamiento obligatorio y restricción del uso de espacios públicos.
- **Socioafectividad:** En referencia a las demostraciones de afecto, se halló una leve disminución de las demostraciones de afecto tras la pandemia; sin embargo, indicaron que las expresiones de afecto tienen un significado de unidad y expresión de amor dentro del hogar, reconociendo de este modo, como la vivencia de la emocionalidad en familia pudo haber sido un mecanismo clave para la adaptación a la pandemia.
- **Cambios:** En relación a las transiciones vividas tras la pandemia, las familias reconocieron que parte de los cambios experimentados, se han relacionado con la transformación de los tiempos y los hábitos que se desarrollan dentro de la casa, así mismo, destacan como dichos cambios están atravesados por el uso de las tecnologías y la conexión constante a internet. En cuanto a los hábitos realizados dentro de la vivienda, las familias identificaron la incorporación de nuevos deberes de tipo laboral, escolar, académico, recreativo, deportivo entre otros. Cabe mencionar que 4 familias reconocen haber experimentado cambios en el estado de ánimo, lo que puede reflejar el grado de vulnerabilidad que pueden experimentar las familias en el tiempo de adaptación a la pandemia.

De igual modo, las familias informaron que para adaptarse a estas situaciones tendieron a crear nuevos espacios de comunicación, para fomentar la unión y así afrontar juntos las situaciones de estrés que se generaron a partir de la pandemia; de igual modo, los participantes resaltaron algunas acciones comunicativas enmarcadas en: el apoyo, el respeto y la tolerancia; llama la atención que, en medio del estrés e intolerancia que se pudo experimentar por el encierro, las familias participantes reconocieron el respeto como uno de los valores que más se destacó en sus dinámicas de adaptación ante la pandemia.

En cuanto a los lazos familiares, la mayoría de las familias indicaron que sus lazos se han visto fortalecidos tras el evento de la pandemia, en esa medida, se encuentra una coherencia con las acciones y valores encontrados anteriormente y que pudieron construirse o fortalecerse a raíz de esta crisis. Pese a esto, algunas familias reportaron que sus vínculos se han visto debilitados (2 familias), lo que visibiliza el grado de vulnerabilidad de las familias y la presentación de algunas situaciones de tensión dentro de la convivencia familiar; es posible relacionar esto con algunos cambios, como la inestabilidad en el trabajo, alteraciones en el estado de ánimo y dificultades en las relaciones con la red de apoyo.

- Anhelos: De acuerdo a la información recolectada, las familias indicaron que las actividades que anhelan realizar son: viajar, realizar reuniones familiares y actividades recreativas, tales como: salir al parque, centro comercial, cine, etc.

Por otro lado, las actividades que no les gustaría llevar a cabo en familia después del confinamiento fueron: quedarse en casa y hacer las cosas por separado; esto visibiliza algunos de los dilemas que se pueden manifestar después de la pandemia, y es la confrontación entre el valor de la unión familiar con el de la libertad personal, ya que como se reconoció, algunos pueden valorar más la unión y otros la libertad, por lo que resulta interesante poder enfocar en el futuro algunas estrategias que permitan a las familias re-adaptarse, para lo que es la nueva “normalidad” post-pandemia y, cómo hacer uso responsable de los tiempos y vínculos que se construyen con el exterior, para así mantener un equilibrio entre salir de casa y compartir tiempos de calidad en familia.

En relación con los aspectos que les gustaría mejorar como familia para posibilitar la adaptación, las familias participantes identificaron la necesidad de trabajar en la comunicación como un medio para resolver los conflictos y tensiones que pueden emerger ante eventos estresantes, así mismo, otras familias refirieron trabajar en la comunicación como mecanismo para conocer las necesidades y particularidades de los integrantes de la familia y favorecer su unidad. Por otro lado, las familias visibilizaron el anhelo de mejorar en la expresión y manejo de sus emociones con el posible objetivo de cuidar y mantener la estructura y la red de relaciones del hogar.

Propuesta de Intervención

Con base en lo anterior, se consideró realizar la siguiente estrategia de acompañamiento familiar desde dos necesidades manifiestas: la comunicación y las emociones; para ello se estableció una propuesta de trabajo para 24 familias de las 31 encuestadas, quienes reportaron el interés de estar en una actividad para familias dirigida por los estudiantes del programa de la especialización en Educación y Orientación Familiar de la Universidad Unimonserrate cohorte 78A.

Para llevar a cabo la propuesta y teniendo en cuenta la contingencia sanitaria pública y el distanciamiento físico, se realizó una estrategia de orientación y educación familiar de forma virtual, con algunas actividades que permitieran el adecuado manejo de las herramientas tecnológicas. Si bien el distanciamiento físico ha sido una barrera para algunas actividades del desarrollo humano, se buscó con la propuesta generar un espacio de socialización con las familias, para que éstas logran salir de su cotidianidad aprendiendo y descubriendo nuevos recursos comunicativos y/o emocionales que favorecieran su ejercicio de adaptación a la “nueva normalidad”.

La propuesta se denominó *“La cura del virus, mi familia”*, la cual nace de la metodología de la investigación intervención, en la que, a través de las siguientes actividades, se investigaron y se construyeron al mismo tiempo elementos comunicativos que hacen parte de la realidad de las familias en la actualidad.

Teniendo en cuenta la disponibilidad de tiempo de las familias, estas actividades se llevaron a cabo el día sábado en un tiempo estimado de 4 horas, allí igualmente se contó con la asistencia de la directora de la especialización quien en su rol de supervisión llevó a cabo un acompañamiento como parte del ejercicio de práctica en nuestro rol de especialistas en formación. A continuación se presentará la ficha técnica de la propuesta:

Tabla 2

Ficha Técnica del Taller: La cura del virus, mi familia

Taller: La cura del virus, mi familia				
Objetivo General: Estimular en las familias de los estudiantes de la especialización de Educación y Orientación Familiar de la Fundación Universitaria Monserrate cohorte 78 A, el reconocimiento de las emociones vivenciadas como familia y fortalecer así la comunicación tras la pandemia del COVID-19.				
Actividad	Procedimiento	Objetivo	Dur.	Recursos
1. Presentación	Se realizará un saludo de parte del grupo facilitador del taller, y una presentación general de la actividad junto con sus respectivas recomendaciones: -Tener una buena conexión a internet. -Mantener los micrófonos silenciados. -Estar en un lugar amplio con una mesa. -Tener los materiales necesarios para la actividad. Toma de asistencia. Enseguida de lo anterior, se procederá a realizar la división del grupo en 4 partes de 6 familias. Dos facilitadores estarán acompañando a cada una de las familias.	Establecer una contextualización de la actividad así como unas reglas mínimas para el desarrollo de este espacio.	10 min	Licencia de Zoom. Lista de asistencia y guía de reparto de grupo.
2. Rompehielo	Luego de la división por grupos, se empezará el trabajo con las familias realizando un ejercicio rompehielos, para entonces se pide que los integrantes de la familia se ubiquen por parejas y se miren a los ojos, mientras los líderes mencionan lo siguiente: <i>“Repitan después de mí, mientras se miren a los ojos este no tiene la culpa, (tres veces); cuarta vez repetirán mientras se miran: usted no tiene la culpa de la cara que tiene, pero si tiene la culpa de la cara que pone”</i> . La actividad termina con una corta socialización por parte del facilitador y una familia.	Encuadrar la relación orientador y familia desde la confianza y apertura para el desenvolvimiento de las actividades.	15 min	Licencia de Zoom. Cámara y micrófono.
3. Actividad temática: La empatía y la escucha, dispositivos de comunicación	En este ejercicio se practica la empatía en familia y se pide a los asistentes que intercambien los zapatos con algún miembro de la familia (también se puede considerar alguna prenda de vestir que porten en ese momento). Seguidamente se les solicita a las familias que dramatizen a través de la mímica una rutina común del hogar, pero desde el rol que la prenda representa, por ejemplo: la actividad de cenar, la actividad de dialogar en casa, la de cocinar, etc. Se dará un espacio de 10 minutos para que las familias organicen su escena y luego será presentada ante todos a través de un video que será grabado por uno de los participantes y será enviado a través de whatsapp o alguna plataforma para la respectiva presentación al grupo (es opcional el envío del video). Finalizada la actividad, se realizarán las siguientes preguntas para que cada una de las familias responda brevemente entre ellos:	Co-construir significados empoderadores en la familia en torno a la empatía y la escucha en el relato de los integrantes del hogar.	40min	Licencia de Zoom. Cámara y micrófono Dispositivo móvil para grabación

	<p>¿Qué es un rol-papel?</p> <p>¿Cómo me sentí realizando el papel de la otra persona?</p> <p>¿Cómo me sentí viendo mi representación en el otro?</p> <p>¿Qué características reconozco importantes de este papel?</p> <p>¿Qué tanto me pongo en los zapatos de la persona que representé?</p> <p>¿Qué debo hacer para ponerme en los zapatos del otro?</p> <p>Finalizado el ejercicio, se le indicará a una persona de cada familia que comente su experiencia en la actividad.</p>				
4. Actividad temática- La caja de nuestras emociones	<p>Seguido de lo anterior, la familia entrará a poner en práctica aquellos aprendizajes co-construidos y realizarán una caja con varios elementos solicitados con anticipación, el objetivo es que cada familia la construya pero haciendo uso únicamente del lenguaje no verbal. Al terminar, colocarán ciertos aspectos en cada una de las caras:</p> <p>Cara 1: ¿Qué actividades nos hacen felices en casa?</p> <p>Cara 2: ¿Qué momentos nos ponen tristes en casa?</p> <p>Cara 3: ¿Qué acciones del otro me ponen de mal genio en casa?</p> <p>Cara 4: ¿Qué momentos en casa nos ponen con preocupación o miedo?</p> <p>Cara 5: ¿Qué cosas nos dan asco?</p> <p>Cara 6: ¿Qué cosas amo de mi familia?</p> <p>Las personas no harán uso de palabras para la decoración de la caja, sino de otros elementos como: dibujos, símbolos o colores.</p> <p>Terminado el ejercicio, se les indicará a las familias que escojan un participante de la familia y que comente una cara, y luego escogerán otro para describir otra, y así respectivamente hasta completar todas las caras.</p> <p>Se terminará el ejercicio con una reflexión final y la instrucción de tomar una foto y enviar a los estudiantes de la especialización.</p>	Favorecer en las familias un espacio de reconocimiento de las emociones y una alternativa diferente para comunicar las emociones.	30 min	Caja de cartón, elementos para decorar y manipular material.	
5. Recogimiento	<p>Acabado el ejercicio, se pasará a una plenaria con las familias para socializar los aprendizajes y reflexiones de la jornada, conversando alrededor de la pregunta:</p> <p>¿Cómo quiero comunicar lo que siento en mi familia con esto que aprendí?</p> <p>Los facilitadores estarán atentos a cada uno de los relatos de los participantes y buscarán empoderar cada una de las estrategias que se muestren posibilitadoras de la comunicación.</p> <p>Para finalizar se dejará la siguiente instrucción:</p>	Condensar los aprendizajes experienciales de las familias y empoderarlos como relatos alternos sobre su comunicación y la emoción.	20 min	Licencia de Zoom.	de

	<i>Tarea: Se les indicará que la caja será su nuevo medio de comunicación donde consignarán mensajes a los integrantes de su familia; así mismo determinarán un día para reunirse y leer los mensajes.</i>			
6. Despedida y evaluación de la actividad	Se cerrará el espacio con las familias, los encargados de la evaluación realizarán una matriz de observación donde identificarán los avances, retos y oportunidades de la propuesta de intervención.	Retroalimentar la actividad desde la observación participante.	10 min	Matriz de evaluación.

Resultados y discusión

A continuación se presentan los resultados de la experiencia de orientación y educación familiar, cuyo objetivo fue construir una propuesta desde la Orientación Familiar que favoreciera a los estudiantes de la EEOF de la cohorte 78A, II Cuatrimestre y sus familias, en la generación de espacios asertivos de interacción y reflexión que fortalecieran los vínculos entre sus integrantes, como una oportunidad de crecimiento personal y colectivo. Frente a este objetivo se encontró lo siguiente:

Los estudiantes de la especialización y los miembros de la familia al hallarse en un mismo espacio, encontraron un reconocimiento más consciente y autorreflexivo en aspectos familiares que no se tenían presentes, como por ejemplo, la expresión del lenguaje no verbal entre sus miembros, la manifestación de las emociones con aquellos que se interactúa de manera cotidiana y el reconocimiento del otro desde diferentes modos de relación, tal como lo refieren algunos relatos: “sentimos que estamos en un espacio muy íntimo”, “no es usual que nos miremos fijamente” y “reconozco cosas que no había visto”. Lo anterior, puede hacer referencia a una resignificación de parte de los participantes frente al uso del lenguaje no verbal, como elemento comunicativo que está presente en las interacciones cotidianas y también ante la expresión de la intimidad emocional en los contextos familiares visto como un espacio de apoyo y crecimiento.

De acuerdo a lo mencionado y teniendo en cuenta que el lenguaje es más que el uso de palabras (Watzlawick et al., 2002), es posible reconocer que para las familias el uso del lenguaje no verbal fue un recurso que facilitó su comunicación y entendimiento durante la actividad y en el proceso de adaptación a la “nueva normalidad” (concepto usado por las familias participantes para describir los cambios que ha generado la pandemia) encontrando cómo los gestos corporales pueden comunicar algunos valores asociados al respeto, amor, empatía y apoyo, los cuales fueron necesarios para afrontar aquellas situaciones difíciles que se presentaron por la pandemia.

Para la segunda actividad que involucra el cambio de zapatos, se identificó que hay acciones o gestos realizados de forma inconsciente, como se evidencia en el relato “a ella le gusta mucho maquillarse y mantenerse arreglada”, “ella dice que nadie le ayuda con las tareas del hogar”, varias familias mencionan que “este ejercicio nos permite darnos cuenta de actitudes valiosas que tienen los demás y de preocuparnos un poco más por sus cosas”. Steiner y Perry (1997 citado en García, 2003) identifican la importancia de reconocer la capacidad de comprender emociones, expresarlas satisfactoriamente y mostrar empatía hacia el otro. En este ejercicio se observó el desarrollo de estas capacidades, al reconocer cómo se siente “estar en los zapatos del otro”, identificar las circunstancias por las que actúa de cierta forma, cómo se expresa y cómo es comprendido este mensaje por los miembros de la familia.

Para la tercera actividad que implicaba el lenguaje no verbal y la organización para realizar una caja que identificara las emociones a nivel familiar, se observó que un integrante de la familia solía tomar el liderazgo e indicaba que acciones se debían realizar, igualmente se presentó la necesidad constante de mantener un contacto físico que acompañara cualquier diálogo y la imposibilidad de no expresarse aún sin hacer uso del lenguaje verbal. Con lo mencionado anteriormente, se hace alusión a los axiomas de la comunicación (Watzlawick et al., 2002), especialmente con “es imposible no comunicar” y “simetría y complementariedad en las relaciones”, pues las mismas familias reconocían que las expresiones, los movimientos corporales, los gestos y murmullos comunicaban lo que estaba pensando o sintiendo cada uno al realizar esta actividad, igualmente se establece un nivel de jerarquía al participar realizando la caja, pues sin necesidad de hablar, cada integrante reconocía quien era el líder y como daba instrucciones para que los demás lo siguieran.

Frente a lo encontrado en la actividad, fue relevante conocer cómo la comunicación enmarca también un nivel de relación entre los miembros de la familia y cómo estas formas de interacción se acomodan de acuerdo a las situaciones y tareas que deben realizar como grupo, por lo que desde la tarea de enfrentar los cambios en la pandemia, puede asumirse que se puso a prueba también los diferentes roles que desempeña cada miembro de la familia y las maneras de comunicación para construir estrategias y soluciones necesarias para adaptarse. De esto, se reconoce la importancia de seguir trabajando en la educación y acompañamiento a las familias desde diferentes instituciones, para promover aquellos estilos de comunicación que permiten la construcción de estrategias, el trabajo en equipo y el liderazgo.

En cuanto a la organización familiar se identificó que cada integrante del sistema tiene un rol y funciones establecidas, algunos relatos que se presentan al respecto son “el es mi hermano mayor, es el que siempre nos hace reír en la casa, una característica principal de él, es que come mucho, por eso yo cuando estoy en la casa le tengo siempre preparada la comida”, “como familia somos muy unidos y tratamos de apoyarnos en todo”, sin embargo, se presentan algunos relatos que dejan evidenciar conflicto en la distribución de tareas del hogar “hay disgustos porque nadie ayuda a lavar la loza”. Para comprender la organización familiar que se observó en esta propuesta, retomamos a Giraldo (2008) y Garibay (2013) quienes consideran a la familia como una entidad cuya existencia y funciones se mantienen integradas por la interacción de sus partes, donde cada uno cumple un objetivo y rol específico, allí hay diversos elementos que intercambian a través de comunicación verbal y no verbal, además de acciones concretas que permiten el funcionamiento familiar.

Igualmente se identifican rituales que cada integrante de la familia ha construido o mantenido al pasar por la situación del virus COVID-19, pues indican “ahora que pasamos más tiempo en casa, jugamos cartas, tratamos de celebrar los cumpleaños en familia y reunirnos para pasar tiempo juntos”, así mismo, refieren que esto lo realizan incluso a través de la virtualidad, en donde se destaca la conexión con miembros de la familia extensa y/o amigos con quienes pueden seguir manteniendo su vínculo socio afectivo a pesar de la distancia.

Otro elemento que tuvo relevancia en la realización de la propuesta fue la socioafectividad, la forma en la que se expresa el afecto y la cercanía emocional entre los integrantes de la familia hace parte de esos aspectos de la comunicación y rituales que mantienen la unión y el apoyo del sistema, tal como lo mencionó una participante: “para mi es muy gratificante que en las mañanas mi hijo me de un abrazo y me pregunte como estoy”. De nuevo se destaca cómo para las familias, el apoyo, el respeto y el amor continúan siendo valores que puestos en la conversación y expresión cotidiana pueden favorecer una adaptación a las situaciones no normativas como las de la pandemia, “La emoción que hace posible la convivencia es el amor” (Maturana, 1992)

Por otro lado, analizando cada uno de los productos realizados se pudo dar cuenta que en los procesos emocionales de las familias:

Las emociones de angustia y tristeza se han venido relacionado con el estado de salud y la enfermedad, los cuales resultan siendo emociones congruentes con el momento histórico que se está viviendo en cada una de las familias; así mismo, se reconoce que otra situación que hace emerger la angustia y la tristeza es la poca estabilidad económica, lo que resulta también un elemento característico de los periodos de cambio social que se han vivido con las anteriores pandemias o crisis sanitarias (Duarte, 2020) (Ver figura 1).

Desde los aportes de Mead (2011) se visibilizó como las familias a través de este tiempo han expresado sus emociones de diversas maneras e intensidad, de acuerdo a las situaciones vividas por cada una de ellas y el contexto que les ha rodeado, ya que aunque todas han pasado por el mismo tiempo de pandemia y confinamiento no todas tienen la misma forma de manifestarlas.

Figura 1

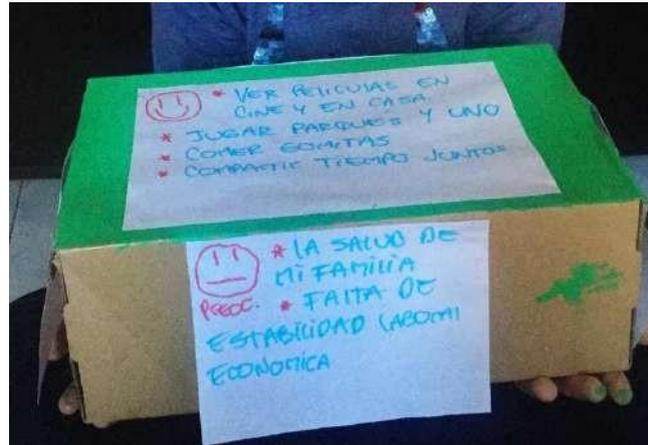
Lado de la tristeza de la familia C



Las situaciones asociadas a las emociones de la alegría y el sentimiento del amor, fueron aquellas relacionadas con el compartir una actividad entre los integrantes de la familia, tales como: cocinar, realizar un juego de mesa, compartir las comidas, ver películas o series de televisión, entre otras (Ver imagen 2). Desde una perspectiva vincular, dichas prácticas pueden ser vistas como rituales que conforman unos mitos (Estupiñán, et al. 2006) sobre el vínculo familiar, desde la unión y respaldo ante situaciones de estrés que se visibilizan con mayor intensidad en estos tiempos de no normalidad. Así la emoción de la alegría, funciona en este orden de ideas como un recurso del hogar que posibilita la constitución del sistema familiar desde estos valores y como un agente de supervivencia que invita a la reunión de varios integrantes para superar alguna dificultad.

Figura 2

Lado de alegría de la familia C



Con relación a las emociones de los propios estudiantes e investigadores, se encontró que el desarrollo de dicho ejercicio permitió hacer una “observación de lo observado” tal y como se propone desde la cibernética de segundo orden (Garibay, 2013). De acuerdo a lo anterior, fue posible para los investigadores construir una narración alterna sobre la comunicación y expresión emocional de la familia, desde la experiencia de ser un integrante de la familia así como desde la vivencia del ser especialista en formación, favoreciendo de ese modo, un aprendizaje desde dos niveles, el personal, donde se reconocieron algunas emocionalidades en la familia de origen, y desde lo profesional, construyendo una nuevas comprensiones sobre las actuales realidades familiares en la pandemia.

Así mismo a través del ejercicio de la clase de Experiencia de Camino, se fortalecieron las habilidades, estrategias y técnicas para el desarrollo de actividades encaminadas a la orientación y educación familiar, obedeciendo de ese modo a lo que propone Quintana (1993) sobre cómo la formación de un orientador parte de la propia experiencia de la relación con el sistema familiar, desarrollando marcos, aprendizajes y modelos de acompañamiento propios para el oficio del especialista.

Este aprendizaje corrobora lo que desde la especialización se ha planteado en la estrategia de portafolio que se encuentra en el documento Marco MEN de 2009, donde se parte de la idea, de que no es suficiente adquirir técnicas o conocimientos, para trabajar con familias, sino que, es necesario mirarse a sí mismo, pensarse a sí mismo y transformar las propias emociones, pensamientos y actitudes para realmente cualificarse y ser un dinamizador de procesos de las experiencias familiares.

Figura 3

Caja de la familia H



Conclusiones

Finalizando este discernimiento se pudo dar cuenta, que a través de todo el proceso investigativo y de la propuesta generada, se le permitió a los participantes del estudio encontrar dentro de sus narrativas, cuáles eran las necesidades que querían subsanar en esos momentos de cambio y que replanteamientos deseaban realizar en sus contextos no solo familiares, sino sociales, fue así como a partir de este entendimiento se generó la estrategia de intervención, que lo que permitió en su desarrollo fue el ayudar a satisfacer las necesidades encontradas, entre ellas principalmente: la comunicación y el manejo de las emociones.

En la ejecución de la estrategia planteada a través de ejercicios sencillos, se generó en cada miembro y su familia la posibilidad de reflexión y pensamiento crítico, con el objetivo de que a partir de su realidad reconocieran sus dinámicas, sus fortalezas, sus habilidades, pero a la vez también sus falencias, comprendiendo que cada familia es única, que cada ser que la compone es un ser relacional, que conoce, siente, actúa y comunica, y desde estos reconocimientos lograr una resignificación y reconstrucción desde sus interacciones cotidianas en este contexto de excepcionalidad de la pandemia, pero que al hacerlo se permitan visualizarse en una época futura sin las circunstancias actuales que vivimos.

Por otro lado, se considera que estas situaciones no normativas detonaron unas emociones que impulsaron a las familias a hacer cambios, a replantear los estilos de vida, a hacer uso responsable del tiempo, revisar las relaciones que se tejen con las personas que están alrededor, valorar a la familia en su particularidad y desarrollar empatía con la sociedad; es por eso que, para el presente trabajo de orientación, la pandemia no se considera como una tragedia, sino como una oportunidad de transformación y evolución, para dar un giro a la situación y reflexionar, sobre cómo construir relaciones familiares que empoderen proyectos de vida, sueños y/o metas.

Finalmente se reconoce como estas situaciones se han visto solucionadas y tramitadas a través del recurso de la unión y el apoyo familiar, acciones que surgen y otorgan una importancia para la adaptación que han vivido las familias en tiempos de incertidumbre como la de la pandemia por el COVID-19.

Referencias Bibliográficas

- Albornoz, D., & Pedraza, S. (2017). *Construcción narrativa de la identidad en familias de militares heridos por minas: Narrativas que favorecen la reconducción de la identidad y de la experiencia* [Tesis de pregrado, Universidad Santo Tomás]. Crai USTA. <https://repository.usta.edu.co/handle/11634/3201>
- Arango, M. Z., Rodríguez, A. M., Benavides, M. S., & Ubaque, S. L. (2016). Los axiomas de la comunicación humana en Paul Watzlawick, Janet Beavin, Don Jackson y su relación con la Terapia Familiar Sistémica. *Revista Fundación Universitaria Luis Amigó*, 3(1), 33-50.
- Bermejo, C. (1998). *Hacia una definición del concepto de relación de ayuda*. Sal Térrea.
- Campoy, T., & Gomes, E. (2009). Técnicas e instrumentos cualitativos de recogida de datos. En A. Pantoja. (Coord.), *Manual Básico para la realización de Tesinas, Tesis y Trabajos de Investigación* (pp. 275-280). EOS.
- Casadiejo, J. G., Martínez, C. L., Riatiga, A. Y., & Vergara, E. (2015). *Habilidades de la comunicación asertiva como estrategia en la resolución de conflictos familiares, que permite contribuir al desarrollo humano integral en la familia* [Tesis de pregrado, Universidad Nacional Abierta y a Distancia]. UNAD. <https://repository.unad.edu.co/bitstream/handle/10596/3785/39048907%20.pdf?sequence=7&isAllowed=y>
- Colmenares, A. M., & Piñero, M. L. (2008). La investigación acción. Una herramienta metodológica heurística para la comprensión y transformación de realidades y prácticas socio-educativas. *Laurus*, 14(27), 96-114. <https://www.redalyc.org/pdf/761/76111892006.pdf>
- Consejería Presidencial para la Equidad de la Mujer. (2020, 19 de abril). *Boletín II, abril 5 de 2020. Línea 155 en el contexto de medidas de aislamiento preventivo por Coronavirus en Colombia*. <http://www.equidadmujer.gov.co/prensa/2019/Paginas/Boletin-II-Linea-155-contexto-medidas-aislamiento-preventivo-Coronavirus-Colombia.aspx>
- Duarte, F. (2020, 2 mayo). Cómo cambió el mundo hace cien años con la gripe española, la peor pandemia del siglo XX. BBC News Mundo. <https://www.bbc.com/mundo/noticias-52473180>
- Delgado, J. M., & Gutiérrez, J. (2007). *Métodos y técnicas cualitativas de investigación en ciencias sociales* (1a ed.). Síntesis.

- Ekman, P. (2003). El rostro de las emociones. RBA libros, S.A.
- Estupiñán, J. G., Hernández, A., & Bravo, F., (2006). *Dossier N°1: Proyecto Vínculos, Ecología y Redes*. Universidad Santo Tomás.
- Fernández, M. (2001). La orientación familiar. *Tabanque: Revista pedagógica*, (16), 217-235.
- Fried, D. (2013). Prácticas dialógicas generativas en el trabajo con familias. *Revista Latinoamericana de Estudios de Familia*, 5, 127-159. http://revlatinofamilia.ucaldas.edu.co/downloads/Rlef5_8.pdf
- Fundación Universitaria Unimonserrate. (2009). *Documento Marco, Renovación registro calificado*.
- Fundación Universitaria Unimonserrate. (2021). *Experiencias prácticas de cualificación y espacios autorreferenciales*. Sobre las Experiencias de la Especialización en Educación y Orientación Familiar.
- Garcés, M., & Palacio, J. E. (2010). La comunicación familiar en asentamientos subnormales de Montería (Colombia). *Psicología Desde El Caribe*, (25). <https://rcientificas.uninorte.edu.co/index.php/psicologia/article/view/37/9274>
- Garibay, S. (2013). *Enfoque sistémico. Una introducción a la psicoterapia familiar* (2nd ed.). Manual Moderno.
- Giraldo, X. (2008). *Trabajo Social Individual Y Familiar I*. Fundación Universitaria Monserrate.
- Hernández, A. (1999, 22 y 23 de abril). *El enfoque sistémico como fundamento epistemológico de la intervención con familias* [Ponencia]. III ENCUENTRO DE LA RED NACIONAL DE PROGRAMAS. Cali, Colombia. <http://www.angelahc.com/images/documentos/ENFOQUE%20SISTEMICO%20FUNDAMENTO%20EPISTEMOLOGICO.pdf>
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación* (6a. ed.). McGraw-Hill.
- Hernández, A. (2009). *Familia, ciclo vital y psicoterapia sistémica breve*. El búho
- Le Breton, D. (2012). Por una antropología de las emociones. *Revista Latinoamericana de Estudios sobre Cuerpos, Emociones y Sociedad - RELACES*, 4(10), 69-79.

- Madrigal, M. E., & Garro, Y. L. (2008). *Planificación de talleres para padres de familia en donde se analice la inteligencia emocional y su importancia para el desarrollo de las habilidades sociales en niños y niñas en edad preescolar*. (Tesis de Maestría). Universidad de Costa Rica, San José, Costa Rica.
- Martínez, L. A. (2007). La Observación y el Diario de Campo en la Definición de un Tema de Investigación. *Revista Perfiles Libertadores*, 4(8), 74-80. <https://www.ugel01.gob.pe/wp-content/uploads/2019/01/1-La-Observaci%C3%B3n-y-el-Diario-de-campo-07-01-19.pdf>
- Maturana, H. (1992). *Emociones y Lenguaje en Educación y Política*. Paidós.
- Pinazo-Calatayud, D. (2006). Una aproximación al estudio de las emociones como sistemas dinámicos complejos. *Revista Electrónica de Motivación y Emoción*, 9(22). <http://reme.uji.es/articulos/numero22/article1/REMEnumero22article1sp.pdf>.
- Quintana, J. M. (1993). El Orientador Familiar. En *Pedagogía Familiar* (pp. 185-195). Narcea S.A.
- Rodgers, L. (2020, 5 de octubre). ¿Cómo acaban las pandemias? *BBC News Mundo*. <https://www.bbc.com/mundo/resources/idt-19b3ebba-e74d-4cb4-a393-93c0516aa824>
- Silva, J. (2005). Regulación emocional y psicopatología: el modelo de vulnerabilidad/resiliencia. *Revista chilena de neuro-psiquiatría*, 43(3), 201-209. <https://dx.doi.org/10.4067/S0717-92272005000300004>
- Sparkes, A. C., & Devís, J. (2007). Investigación narrativa y sus formas de análisis: una visión desde la educación física y el deporte. *Educación, cuerpo y ciudad: el cuerpo en las interacciones e instituciones sociales*, 1-16. <https://revistas.udea.edu.co/index.php/expomotricidad/article/view/335323/20790992>
- Viscarret, J. J. (2007). Modelos y métodos de intervención en Trabajo Social. Alianza Editorial.
- Vivas, M. (2003). La educación emocional: conceptos fundamentales. *Sapiens. Revista Universitaria de Investigación*, 4(2). <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=41040202>
- Watzlawick, P., Beavin, J., & Jackson, D. (2002). *Teoría de la comunicación humana. Interacciones, patologías y paradojas*. Herder.