

Si todos ponemos de nuestra parte, la confianza se volverá esperanza y construiremos cada día un México menos violento. Debemos pensar siempre, que la violencia que se provoca, puede acabar afectando a los que más amamos.



Arquidiócesis Primada de México

Comisión Arquidiocesana
de Pastoral Familiar



La Violencia, Una Responsabilidad de Todos

Colaboración de Jacqueline Broc Haro
para Cenyelitztli, A.C.

Actualmente en nuestro país es de lo más común escuchar, hablar y ver temas relacionados con la violencia. Casi siempre pensamos que la violencia es algo que sucede en otras familias, o que la ejercen personas que no tienen ninguna relación con nuestro entorno. Y sin embargo, casi nunca consideramos que cada uno de nosotros somos generadores de violencia. La mayoría de las veces la ejercemos como una conducta defensiva o simplemente por costumbre.

¡Acércate a nosotros!

La familia es un lazo tan fuerte que no te dejará caer.

Si tienes problemas:

- Con tu pareja
- Con tus padres, hermanos, algún familiar o amigo
- Con el alcohol o las drogas
- De trastornos alimentarios

Si nos necesitas o nos quieres ayudar:

Comunícate con nosotros.

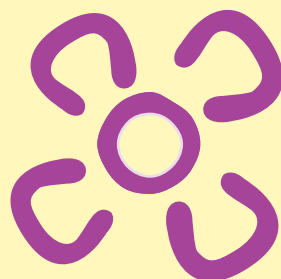
"Somos tu familia"

es un programa de Cenyelitztli,
Unidos por la Familia

Tel. 5536 1676

o pregunta por nosotros en tu
parroquia.

www.somostufamilia.com



Jacqueline Broc

- Lic. En Psicología.
- Maestría en Terapia Familiar y de Pareja
- Psicoterapeuta en el Centro de Apoyo Familiar "Somos Tu Familia"





Es importante aclarar que, entendemos por violencia, toda acción que se ejerce de manera intencional para causar un daño a otro, ya sea físico o psicológico. Siempre viene de la mano de la amargura y de la intencionalidad de dañar al otro, y generalmente su antecedente es la frustración. Además, casi siempre se ejerce hacia el más débil o hacia el desprotegido. Con el instinto de agresividad se nace para poder sobrevivir, pero la violencia es producto de nuestro sistema social. La violencia es un fenómeno social que vivimos a diario y que es multicausal. Y en esto todos tenemos una gran responsabilidad.

Algunas de las causas de la violencia que han encontrado diferentes especialistas en el tema, son las siguientes:

- Crisis en los valores éticos y morales
- Crisis de las Instituciones, ya sea políticas, económicas, sociales ó religiosas
- Medios de comunicación sin sentido de ética y compromiso
- La tecnología y la economía como prioridad
- Desigualdad social

Todos conocemos y valoramos los valores fundamentales como son la paz, la justicia, la solidaridad, el respeto etc. Pero entonces, ¿por qué no se concretan en nuestra forma de vivir?

En la sociedad en que estamos viviendo, el individualismo, la libre competencia, la desigualdad y el consumismo nos empujan a tratar de competir ferozmente entre nosotros sin importar si en el camino nos lastimamos unos a otros. Pareciera ser que los valores que conocemos ya no funcionan para el mundo actual y vamos rápidamente, por

ejemplo, pasamos del matrimonio como institución, al divorcio exprés. Como no hay credibilidad ni respeto por las instituciones, cualquier persona sustituye el orden por comportamientos violentos.

Si no queremos ejercer nosotros la violencia ni ser parte de ella, tenemos que tener comportamientos que dignifiquen a las personas, lo cual empieza desde la niñez y se enseña en la familia. Por eso mismo, es importante educar a los hijos con valores morales y éticos, no maltratarlos y tener una buena comunicación con ellos para prevenir conductas que favorecen la violencia así como las adicciones. También es igualmente importante enseñarles con el ejemplo el respeto, la tolerancia y el amor, ayudándolos a canalizar sus frustraciones en forma adecuada como por ejemplo a través del deporte.

Es fundamental en este tema, enseñarlos a no ver la violencia como algo ajeno a ellos, más bien concientizarlos en que cada uno de nosotros puede ser generador de violencia a través de conductas agresivas en casa, en la calle, en el tráfico, en la convivencia diaria. La violencia no es buena para nadie, ni para el que la ejerce, ni para el que la recibe, ya que tarde o temprano produce problemas psicológicos como ansiedad, depresión, desvalorización, temor, odio, desconfianza entre otras muchas problemáticas.

Nuestro país es nuestra casa, y es el lugar en donde viven nuestros hijos. Por lo mismo queremos que sea un lugar seguro y tranquilo, en donde todos podamos convivir en armonía. Hay muchas cosas que podemos hacer para evitar la violencia generando confianza y optimismo.

Entre ellas propongo las siguientes:

- Educación en valores
- Política con principios
- Progreso con compasión
- Riqueza con esfuerzo
- Culto con conciencia
- Comunicación con responsabilidad
- Relaciones con compromiso