

SESIÓN

07

Decidir tener o no
tener hijos

HOJA INFORMATIVA

El derecho a decidir tener o no tener hijos,³⁰ supone para cada persona decidir si tiene hijos o no los tiene, con quién los tiene, cuántos tener y cada cuánto tenerlos, sin presión de la pareja, la familia ni cualquier otra persona o institución.

Este derecho reproductivo conlleva el ejercicio de varios derechos sexuales, en especial para las mujeres. El derecho a reconocernos como seres sexuados para evitar que nuestra sexualidad sea enca-sillada en la reproducción y el cuidado de los hijos, el derecho a decidir sobre nuestra sexualidad para tener relaciones sexuales que no necesariamente impli-quen la reproducción, el derecho a vivir nuestra orientación sexual e identidad de género con libertad para decidir el tipo de familia que deseamos formar, el derecho a decidir con quién deseamos procrear, el derecho a usar métodos anticoncepti-vos modernos para prevenir el embarazo o planificar la familia de manera efectiva, y el derecho a gozar nuestra vida sin violencia para prevenir los embarazos y maternidades forzadas.

Tener o no tener hijos³¹

Tener o no tener hijos es decisión de cada persona, y la debe hacer coincidir con la de su pareja, si la tiene. Sin importar cual es la decisión, se debe basar en una reflexión libre y no debería ser producto de la ausen-cia de información y educación integral en

sexualidad, ni de presiones, coacciones u obligaciones impuestas por el entorno. Los efectos de tener un hijo sin desearlo suelen ser graves para la salud y desarrollo de las personas, en especial de las mujeres. Así, como no tenerlos, puede frustrar el deseo de maternidad o paternidad de las perso-nas.

Lo primero que debemos considerar es que el fin último de las mujeres NO es ser ma-dres, y que NO existe el “instinto maternal” –o paternal–. La procreación no es una conducta innata en las mujeres, sino condi-cionada. Esto quiere decir que las mujeres aprendemos a que, en algún momento de nuestras vidas, debemos tener hijos. Esto derivado del modelo de la familia en que crecimos, de la educación que recibimos, de las creencias que nos inculcaron y de otras presiones sociales, que nos empujan poco a poco hacia la procreación –la mayo-ría de veces, sin comprender muy bien sus implicaciones–.

Lo segundo que debemos considerar es que las mujeres podemos tener una vida satisfactoria sin tener hijos. Nuestra satis-facción está vinculada a lo que queremos hacer de nuestra vida, cómo hacemos para vivirla y cómo la logramos vivir. Cuando so-mos coherentes con lo que queremos, y lo logramos, somos felices.

Lo tercero que debemos considerar es que muchas veces “decidimos” tener hijos, por

30 La palabra hijos comprende y representa por igual a hombres y mujeres.

31 ¿Tener o no tener hijos? El gran dilema. A. Guillén. Psicopartner. Centro de Psicoterapia, Coaching y Mindfulness. Unión Europea.

motivos equivocados. Por ejemplo, si me embarazo se casará conmigo, con otro hijo se acabarán las discusiones, un hijo asegurará mi descendencia, un hijo para que nos cuide al ser mayores, perforo el condón y ya con un hijo se casará conmigo. También se tienen hijos por presión, como cuando a la mujer se le niega el uso de métodos anticonceptivos modernos para prevenir el embarazo, cuando no se planifica la familia y resulta un hijo “por accidente”, cuando el hijo representa un beneficio monetario o en especie para alguien –cobro de bonos, bolsas de alimentos, fuerza de trabajo o por herencia–, o cuando el hijo es producto de violación sexual.

Entonces, la decisión de tener o no un hijo debería de basarse en una reflexión profunda de cómo entendemos nuestra propia vida y qué queremos de esa vida. A partir de nuestras respuestas podemos decidir tener un hijo o postergar nuestra maternidad u optar por no tenerlo. En este sentido, será importante considerar factores externos e internos que influyen sobre nosotras: uno, la presión social sobre nuestro cuerpo –nuestra sexualidad– que nos “obliga” a la maternidad, sin permitirnos considerar si somos capaces física y emocionalmente para ser madres, si tenemos un salario digno y estabilidad laboral que nos permita la independencia económica, si tenemos un plan de vida donde encaja o no encaja un hijo; y, dos, nuestro sentir individual sobre el deseo real de querer tener hijos o no.

Maternidad y paternidad

Ser madre o padre debe ser una decisión libre y no forzada, y debe ser responsable. Muchas personas no se percatan del cuidado, protección, educación y apoyo que re-

quiere un hijo. De hecho, quiénes apuestan por la maternidad forzada solo se enfocan en traer niños³² a este mundo, sin considerar la atención de calidad que requerirán para su bienestar.

Así que una decisión informada, educada, responsable y libre, acerca de la maternidad y paternidad, será determinante para la vida de ese niño o niña. Y, también lo será para la vida de la madre y padre. Algunos de los aspectos que se sugieren considerar antes de un embarazo, son los siguientes:³³

- **Relación de pareja.** La relación de la pareja debe basarse en el respeto mutuo, del cual debe derivar la confianza y la comunicación abierta y honesta. Esto será crucial porque la venida de un hijo implicará cambios a su vida individual y de pareja, las cosas no volverán a ser iguales, surgirán molestias y problemas, que pueden contribuir a unirlos o a separarlos.
- **Estado de nuestra mente.** Todas nuestras emociones, sentimientos y pensamientos los procesamos en nuestra mente. Así que cualquier evento en nuestras vidas puede alterarlo para bien o para mal. Eso sucede con la maternidad y paternidad. Por ejemplo, no tendremos el mismo estado mental si hemos deseado ese hijo y lo planificamos, que si no lo deseamos, no lo planificamos o estamos siendo forzadas a tenerlo. Nuestro estado mental contribuirá en nuestra capacidad para resolver los cambios o los problemas que puedan surgir. Nuestra capacidad de resolverlo, a su vez, está vinculada con nuestra autoestima y la manera en que decidimos tener ese hijo.

32 La palabra niños comprende y representa por igual a hombres y mujeres.

33 ¿Tener o no tener hijos? El gran dilema. L. Guillén. Psicopartner. (6 septiembre 2019)

- **Economía.** La estabilidad económica individual y de la pareja es fundamental. Muchas personas opinan que los hombres deben sostener a la familia y que las mujeres deben criar a los hijos. Nada más alejado de lo que debe ser la economía familiar. La mujer necesita independencia económica y el hombre ser partícipe de la crianza de sus hijos. Ambos deben considerar el incremento de gastos que implica la llegada de un hijo y verificar que sus ingresos puedan cubrirlos.
- **Tiempo.** El uso del tiempo varía al tener un hijo, pues habrá de combinarse el trabajo con la crianza. Las actividades cotidianas van a variar y mucho del tiempo que invertíamos en cuestiones personales, lo deberemos de ocupar en el cuidado del niño o niña.
- **Compromiso.** El haber valorado la maternidad y la paternidad de una manera informada y sin presiones, contribuirá en nuestro compromiso y soluciones de problemas cuando seamos madres o padres. Por eso, la maternidad no debe ser forzada, sino pensada.

Familia³⁴

La familia es un grupo de personas unidas por un vínculo de pareja, consanguíneo o de otro tipo. El vínculo de pareja o por afinidad es donde hay un interés común de vivir juntos y se decide convivir en pareja, estar en unión de hecho o contraer matrimonio. El vínculo de consanguinidad se refiere a los lazos de sangre entre madre e hijo, padre e hijo o entre hermanos. Y, el vínculo civil, cuando se acoge a una persona como hijo a través de la adopción.

La familia es importante para el desarrollo de todos sus miembros y no solo de los hijos; aunque debe reconocerse que la influencia de la familia es determinante para el bienestar de los más pequeños. El ambiente familiar, creado por los adultos, influirá en el bienestar o malestar de sus miembros. Un ambiente familiar ideal es aquel donde prevalece el respeto, el afecto, la confianza y la seguridad, aún cuando hayan problemas o molestias, las respuestas serán asertivas y se encontrarán soluciones. Por el contrario, en un ambiente tóxico pueden predominar la incompreensión, el desafecto, la discriminación, los malos tratos y la violencia. Cualquier problema o molestia va a incrementar las respuestas negativas.

La estructura de las familias varía según las sociedades, culturas, geografía y épocas. Así tenemos:

- La **familia nuclear o biparental** formada por un padre, una madre y sus hijos/as. Esta es la familia impulsada por el Estado y las religiones.
- La **familia monoparental** formada por la madre o el padre y sus hijos. Suelen ser madres criando a sus hijos, la mayoría a consecuencia de maternidad a temprana edad, divorcios, separaciones e, incluso, viudez.
- La **familia extensa** en donde participan, en la crianza de los niños, otros miembros de la familia, además de la madre y el padre. Por ejemplo, los abuelos, los tíos o los primos. Esta familia es más común en el área rural.

34 M. C. Martínez-Monteagudo, E. Estévez y C. Inglés. Diversidad familiar y ajuste psicosocial en la sociedad actual. Terapia Cognitivo Conductual. Psicología.com. 2013; Los 11 tipos de familia que hay en la actualidad. E. Sánchez. 12 de junio 2019. La mente es maravillosa.

- La **familia adoptiva** es cuando uno o dos adultos adoptan a un niño o niña para criarlo como que si fueran sus padres biológicos.
- La **familia de padres separados**, que comparten la crianza de sus hijos, aunque la madre o padre tenga la tutela legal de los mismos.
- La **familia compuesta** formada de varias familias nucleares. Estas familias surgen, casi siempre, porque la madre y padre separados forman sus respectivas familias y conviven entre si.
- La **familia homoparental** formada por una pareja homosexual y sus hijos. Por ejemplo, una pareja de gays o una pareja de lesbianas adoptan un niño.
- La **familia sin hijos** formada por la pareja que no tiene hijos.

El tipo de familia a formar también depende de nosotras, es un derecho formar aquella familia en la cual podamos ser más felices y plenas, y en la cual podamos aportar de mejor manera al bienestar propio y de los miembros de esa familia.

FACILITACIÓN



RESUMEN

En esta sesión, las mujeres exploran su relación con la maternidad y la familia.



APRENDIZAJES

- Se reconoce la decisión de tener o no tener hijos.
- Se analizan los modos de ser madre y la decisión de no serlo.
- Se conocen otros tipos de familia, además de los tradicionales.



INDICACIONES FACILITACIÓN

- Revise la sesión completa, comprenda su método.
- Estudie la hoja informativa y asegúrese de entender este derecho.
- Infórmese acerca de las mujeres participantes: tienen o no tienen hijos, tipos de familias a las que pertenecen, mitos acerca de la maternidad y la familia, mujeres que no quieren hijos o desean tipos de familias no tradicionales.
- Prepare con tiempo y dedicación sus materiales.
- Repase y practique las dinámicas de cada actividad.
- Céntrese en el tema de la sesión y no abarque otros, evite la confusión.
- Verifique que todas las mujeres sean escuchadas por su grupo y en plenaria.
- Cuide que nadie acapare las intervenciones, ni siquiera usted.
- Aclare dudas de manera clara, breve y concisa. Sea puntual no se extienda.
- Disponga de juegos y dinámicas para formación de grupos y la relajación.

ACTIVIDAD

01

Decidiendo tener o no tener hijos



2 HORAS



MATERIALES

- Serie tarjetas Presiones sociales.
Son 10 tarjetas tamaño carta escritas con letra clara y de molde. De un lado se anota la frase a analizar y en el otro las preguntas para realizar el análisis. Es una tarjeta por grupo. Los textos los encuentra en la ruta.
- Hojas y lapiceros si a las mujeres se les facilita leer y escribir.
- Papelógrafo
- Marcadores gruesos
- Cinta adhesiva

Serie de tarjetas *Presiones sociales*





RUTA

1. **Dinámica Presiones sociales.**³⁵

70 minutos.

Forme 10 parejas o tríos. Entregue una tarjeta a cada uno.

Explique que cada pareja o trío analizará la frase de la tarjeta, de acuerdo a las preguntas anotadas detrás de esta. Brinde 15 minutos.

Los textos para analizar son:

- Todas las mujeres deben tener hijos.
- Las mujeres sin hijos son amargadas.
- ¡Me embarace! Ahora sí se casará conmigo.
- Si perforo el condón, tendrá un hijo mío.
- Ya no peharemos si tenemos otro hijo.
- No usarás métodos anticonceptivos.
- Tuvimos un hijo por accidente.
- Mi hijo es hijo de mi violador.
- Hay que tener un hijo para no estar solos.
- Ya queremos un nieto.

Las preguntas para realizar el análisis son:

- ¿Quiénes piensan o actúan así?
- ¿Qué causa estos pensamientos o conductas?
- ¿Qué consecuencias pueden tener estos pensamientos o conductas?
- ¿Cuál sería un pensamiento y conducta respetuoso?

Después cada grupo presenta la frase que le tocó analizar y el análisis realizado. Cada grupo tendrá 5 minutos para su exposición.

En el caso de las mujeres a las que se les dificulta leer y escribir, el análisis se hace de forma oral y puede ser en plenaria.

2. **Reflexión.** 40 minutos.

Una vez presentados los análisis, pregunte:

- ¿Por qué estos pensamientos y conductas son una presión para tener hijos?
- ¿Sobre quién se ejerce más esta presión?
- ¿Quiénes ejercen esta presión?
- ¿Qué pensamientos y conductas para presionar a las mujeres a tener hijos son más comunes en nuestra comunidad?
- ¿Cuáles creencias podemos usar para reducir esta presión sobre las mujeres?
- ¿Qué otras medidas podríamos considerar para que las mujeres puedan decidir con libertad tener o no tener hijos?

3. **Explicación.** 10 minutos.

A partir de los comentarios de las mujeres explique el derecho de tener o no tener hijos. Use la hoja informativa y las tarjetas *Presiones sociales*.

35 Adaptación de la dinámica Escenas de la vida cotidiana. Educarueca.

02

An analog clock with a white face, black hands, and a black border. The hour hand is slightly past 10 and the minute hand is at 2, indicating the time is 10:10.

**1 HORA
30 MINUTOS**



MATERIALES

- Plasticina en barras. Unas 5 por mujer.
- Papelógrafo
- Marcadores gruesos
- Cinta adhesiva



RUTA

1. **Dinámica Modelando a mis hijas e hijos.**³⁶ 50 minutos.

Haga dos grupos: mujeres con hijos y mujeres sin hijos.

Entregue a cada mujer varias barras de plastilina. Ponga música relajante a un volumen en que su voz se escuche claramente.

Pida a las mujeres modelar a sus hijas e hijos –para quiénes tienen– e imaginar a sus hijas e hijos –para quiénes no tienen–. Mientras hacen la modelación pida que reflexionen a partir de las preguntas anotadas debajo.

Mujeres con hijas e hijos:

¿Cómo se llama cada uno de mis hijas e hijos?

¿Qué edad tienen?

¿Cuáles necesidades fueron satisfechas?

¿Cuáles no?

¿Cuántos son?

¿Tomé la decisión de tenerlos?

¿Hay algo que haría ahora diferente?

¿Qué cambios hubo en mi vida al tener a mis hijas e hijos?

Mujeres sin hijas e hijos:

¿He pensando en tener hijos?

¿Por qué lo he pensando?

¿Cuántos hijos he pensando tener?

¿Cuáles son las necesidades que debo cubrir para el bienestar de mis hijos?

¿Me siento presionada para tener hijos?

¿Quién o qué me presiona?

¿Qué cambiós tendrá mi vida al tener hijos?

¿Hay algo que haría diferente ahora?

Haga una pausa y dirija estas preguntas a ambos grupos:

Si fueran niñas de nuevo, ¿qué necesitarían de mamá o papá?

¿Qué hubieran deseado que fuera diferente?

¿Qué necesidades fueron satisfechas?

¿Cuáles no?

¿De qué nos damos cuenta?

Concluido el modelaje y dando tiempo a la reflexión, se apaga la música y se pide a las mujeres sentarse en el piso y formar un círculo, solicitando que de forma voluntaria compartan su experiencia acerca de la maternidad y un poco sobre su reflexión.

Anote lo más relevante de las intervenciones en un papelógrafo.

2. **Reflexión.** 30 minutos.

Pregunte:

¿Cómo se sintieron pensando en la maternidad?

¿Por qué la maternidad debe ser libre y no forzada?

¿Y la paternidad?

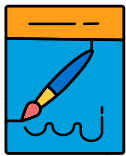
¿Cuáles son las tres necesidades que debemos satisfacer para el bienestar de nuestros hijos e hijas?

¿Qué aspectos creen se deben considerar-se antes de tener un hijo?

36 Adaptación de la dinámica Maternidad y paternidades con equidad. Manual de trabajo de mamás y papás por la equidad de género. Centro de intervención con hombres e investigación sobre género y masculinidades. México. 2008.

3. Explicación. 10 minutos.

A partir de las opiniones de las mujeres explique la Maternidad y paternidad. Use la hoja informativa y las anotaciones en el papelógrafo.



NOTA

Es válido que algunas mujeres manifiestan no querer tener hijos, o que en lugar de hijos prefieran mascotas, porque para muchas personas estas constituyen sus familias. En estos casos, de un espacio en la reflexión para que expresen su opinión y usted aclárelo también.

ACTIVIDAD

03

Familias de familias



**1 HORA
30 MINUTOS**



MATERIALES

- Tarjetas Cuentos de familias.
Son 8 tarjetas tamaño carta o más grandes. Cada tarjeta representa un tipo de familia. De un lado de la tarjeta va la imagen que la representa y del otro lado, la descripción, escrita con letra clara y de molde. Todas las imágenes deben ser positivas, es decir, de familias felices. Pero intente que sean muy variadas en contexto, etnias, actividades y otras características.
- Papelógrafo
- Marcadores gruesos
- Cinta adhesiva

Serie de tarjetas *Cuentos de familias*



FAMILIA NUCLEAR O BIPARENTAL

Formada por una madre,
un padre y sus hijas e hijos.



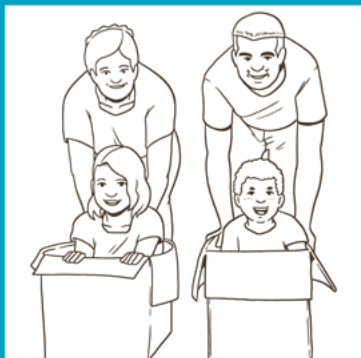
FAMILIA MONOPARENTAL

Formada por la madre o el
padre y sus hijos e hijas.
Suelen ser madres criando a
sus hijos e hijas,
la mayoría a consecuencia
de maternidad a
temprana edad, divorcios,
separaciones e, incluso,
viudez.



FAMILIA EXTENSA

Formada por una madre, un
padre, sus hijos e hijas y algún
otro miembro familiar como
abuelos, tíos o primos.



FAMILIA ADOPTIVA

Formada por uno o dos adultos que adoptan a un niño o niña y deciden criarlo como si fueran sus padres biológicos.



FAMILIA DE PADRES SEPARADOS

que comparten la crianza de sus hijos e hijas, aunque la madre o padre tenga la tutela legal de los hijos e hijas.



FAMILIA COMPUESTA

Formada de varias familias nucleares (la mamá, el papá y los hijos e hijas). Estas familias surgen, casi siempre, porque la madre y padre separados forman sus respectivas familias y conviven entre si.



FAMILIA HOMOPARENTAL

Formada por una pareja homosexual y sus hijos e hijas. Por ejemplo, una pareja de gays o una pareja de lesbianas adoptan o tienen un niño o niña.



FAMILIA SIN HIJOS

Formada por la pareja que no tiene hijos.



RUTA

1. Dinámica Cuentos de familias.

40 minutos.

Forme 8 grupos y entregue a cada uno, 1 tarjeta *Cuentos de familias*.

Cada grupo deberá crear un cuento a partir de la tarjeta *Cuentos de familias* que recibirá. El cuento debe ser sencillo y corto, abarcando lo siguiente:

- Lugar de la historia.
- Personajes que integran la familia.
- Cómo se formó esta familia.
- Lo que es más importante para esta familia.
- El tipo de familia que es.

Se trata de inventar historias divertidas y originales sobre los diferentes tipos de familias.

Las mujeres con facilidad para escribir y leer pueden escribirlo. También en caso de mujeres con habilidades motrices se les puede solicitar ilustren el cuento con dibujos o recortes de revistas. Si este fuera el caso brinde un poco más de tiempo.

Al terminar, en plenaria, cada grupo narra su cuento y explica el tipo de familia que es usando su tarjeta. La narración puede hacerse combinada, es decir, cada mujer narra una parte del cuento. Cada grupo tiene 2 minutos para contar su cuento.

2. Reflexión. 30 minutos.

Pregunte:

¿Cuáles tipos de familia conocíamos?

¿Cuáles no conocíamos?

¿Cuáles familias nos agradaron más? ¿Por qué?

¿Cuáles nos agradaron menos? ¿Por qué?

¿Qué tienen en común las familias de los cuentos?

¿Qué es lo más importante para estas familias?

Ahora pensemos, ¿qué tipo de familia tenemos? Pida que digan su tipo de familia rápido. Si alguna tiene duda, entre todas la ayudan a identificar su tipo de familia.

3. Explicación. 10 minutos.

A partir de las opiniones de las mujeres resume el tema *Familia*. Use la hoja informativa y las tarjetas *Cuentos de familias*.

4. Retroalimentación. 10 minutos

Para finalizar la sesión, escuche la opinión de las mujeres:

¿Qué fue lo que más llamó su atención en esta sesión?

¿Qué fue lo más importante que descubrieron hoy?

Felicite a las mujeres por su trabajo, agradezca el tiempo invertido y despídase cortésmente.

Tipo de familia	Descripción
Familia nuclear o biparental	Formada por la madre, el padre y sus hijas e hijos.
Familia monoparental	Formada por la madre o el padre y sus hijos. Suelen ser madres criando a sus hijos, la mayoría a consecuencia de maternidad a temprana edad, divorcios, separaciones e, incluso, viudez.
Familia extensa	Formada por una madre, un padre, sus hijos/as y algún otro miembro familiar como abuelos, tíos o primos.
Familia adoptiva	Cuando uno o dos adultos adoptan a un niño o niña y deciden criarlo como que fueran sus padres biológicos.
Familia de padres separados	Comparten la crianza de sus hijos/as, aunque la madre o padre tenga la tutela legal de los hijos/as.
Familia compuesta	Formada de varias familias nucleares (mamá, papá e hijos/as). Estas familias surgen, casi siempre, porque la madre y padre separados forman sus respectivas familias y conviven entre si.
Familia homoparental	Formada por una pareja homosexual y sus hijos/as. Por ejemplo, una pareja de gais o una pareja de lesbianas adoptan o tienen un niño/a.
Familia sin hijos	Formada por la pareja que no tiene hijos.



.....



.....



.....



.....



.....