

MATERIAL 2



Preguntas de escritura reflexiva para profesionales que trabajan con familias inmigrantes

Para explorar las respuestas emocionales, las suposiciones y las dinámicas relacionales en el trabajo con madres y padres que han vivido la separación y la reunificación familiar relacionadas con la migración.

Estas preguntas se basan en los resultados del estudio y parten de una perspectiva psicodinámica y de los principios de la autorreflexión, la conciencia de la contratransferencia, la sintonía empática, la ambivalencia y la relación terapéutica. Invitan a profesionales de la salud mental, trabajadoras y trabajadores sociales y otras personas de apoyo familiar a reflexionar sobre sus propias respuestas emocionales, suposiciones e interacciones con madres y padres inmigrantes. Pueden usarse para la reflexión individual, la escritura personal o la supervisión clínica.

1 Comprender las experiencias de madres y padres

- ¿Qué suposiciones podría tener sobre por qué una madre o un padre migró o vivió separado de su hijo o hija?
- ¿Cómo distingo entre las decisiones de una madre o un padre y las circunstancias que limitaron esas decisiones?
- ¿Estoy permitiendo que las madres y los padres definan sus experiencias con sus propias palabras?

2 Explorar mis respuestas emocionales

- ¿Qué sentimientos surgen en mí cuando escucho a madres y padres describir sus experiencias de separación o reunificación?
- ¿Siento el impulso de tranquilizar, rescatar, aconsejar o buscar soluciones? ¿Qué podrían decirme estas reacciones?
- ¿Cómo podrían influir mis experiencias o creencias personales en la manera en que respondo a madres y padres?

3 Reconocer los vínculos emocionales de madres y padres

- ¿Cómo entiendo la presencia emocional continua de una madre o un padre en la vida de su hijo o hija a pesar de la distancia física?
- ¿Estoy equiparando, sin darme cuenta, la ausencia física con la ausencia emocional?
- ¿Cómo puedo reconocer y validar las maneras en que las madres y los padres han estado “siempre ahí” para sus hijos e hijas?

4 Atender la pérdida, la culpa y la identidad

- ¿Cómo podrían las experiencias relacionadas con la migración afectar el sentido de sí misma o de sí mismo y la identidad de una persona como madre o padre?
- ¿Qué tan cómoda o cómodo me siento acompañando el duelo, la culpa, el enojo o la ambivalencia de una madre o un padre sin intentar resolver esos sentimientos?
- ¿Qué podría quedar sin decir en el relato de una madre o un padre, y cómo puedo abrir espacio para que esos sentimientos surjan?

5 Reflexionar sobre la reunificación

- ¿Doy por hecho que la reunificación debe ser una experiencia alegre?
- ¿Cómo podría responder cuando una madre o un padre expresa amor y alivio junto con resentimiento, culpa o decepción?
- ¿Cómo puedo apoyar a madres y padres a dar sentido a los cambios en la relación con sus hijos e hijas?

6 Reflexionar sobre la relación de ayuda y la experiencia emocional compartida

- ¿Cómo podrían vivirme las madres y los padres como profesional, sobre todo al hablar de experiencias dolorosas o vulnerables?
- ¿Escucho para comprender, o estoy interpretando sus experiencias demasiado rápido?
- ¿Cómo puedo crear una relación en la que las madres y los padres se sientan escuchados, respetados y comprendidos emocionalmente?
- ¿Cómo podrían mis respuestas emocionales influir en lo que las madres y los padres se sienten cómodos de compartir o de callar?
- ¿Cómo podrían nuestras diferencias culturales, experiencias de vida o posiciones de poder influir en nuestra relación?
- ¿Qué pasa entre nosotros cuando no comprendo bien la experiencia de una madre o un padre? ¿Cómo podría reconocer y reparar ese momento?
- ¿Estoy abriendo espacio a las perspectivas de madres y padres, aun cuando difieren de mi propia manera de entender?
- ¿Cómo podrían las respuestas de madres y padres hacia mí influir en mis propios sentimientos, suposiciones o formas de relacionarme con ellos?

Basado en el estudio *¿Y qué pasa con los padres?* de la Dra. Cheryl Aguilar, LICSW, PhD. Lee la disertación: [ProQuest](#). Más recursos en [siempreahi.org](#).