

IMPORTANCIA DE LA TERNURA EN LOS CONTEXTOS SOCIALES ANDINOS EN POBREZA

The Importance of Tenderness in Andean Social Contexts Affected by Poverty

DOI: <https://doi.org/10.54943/lree.v5i2.616>

RESUMEN

 Fredy Fernando Rodríguez
Canales¹
(freddy.rodriguez@unh.edu.pe)
(<https://orcid.org/0000-0002-7663-9228>)

 Antonieta Del Pilar Uriol Alva²
(antonietta.uriol@unh.edu.pe)
(<https://orcid.org/0000-0003-3628-6410>)

¹ Universidad Nacional de
Huancavelica, Perú

² Universidad Nacional de
Huancavelica, Perú

Los aspectos que se analizan en el artículo son el resultado de un análisis conjugado con la experiencia y las vivencias en el ejercicio profesional y ciudadano de los autores en ámbitos sociales andinos en pobreza en el Perú donde, son manifiestas las desigualdades, injusticias y exclusión social. Se plantea, la ternura debe ser un imperativo conceptual y una práctica cotidiana en la interacción personal, familiar y comunitaria ya que, no es sólo una expresión de sentimientos, sino una fuerza constructiva para enfrentar la adversidad y el sufrimiento. Los programas, estrategias y políticas públicas de desarrollo social y humano, así como, de atención a los niños, niñas, adolescente y grupos sociales vulnerables, en su accionar deben incluirla directa o transversalmente, sea en las Instituciones educativas, Organizaciones sociales de base, centros de protección, defensoría de los derechos, etc. ya que, vivenciar la ternura en la interacción y la convivencia humana contribuirá al desarrollo de la autoestima, confianza y competencias afectivo socio emocionales por ser fuerza restauradora y potenciadora para el bienestar, la resiliencia y mayores competencias de afrontamiento en la vida adulta. Proponiéndose para tal efecto, aplicarse en aspectos como; estilo de crianza, inductor para una interacción y convivencia saludable, como modelo de abordaje educativo, estrategia de sensibilización y motivación en contextos comunitarios y, con fin psicoterapéutico.

PALABRAS CLAVE: ternura, resiliencia, bienestar socio emocional, restauración, afectivo, Huancavelica.

ABSTRACT

The aspects analyzed in the article are the result of an analysis combined with the experience and experiences in the professional and civic practice of the authors in Andean social environments in poverty in Peru where inequalities, injustices and social exclusion are evident. It is proposed that tenderness should be a conceptual imperative and a daily practice in personal, family and community interaction since it is not only an expression of feelings, but a constructive force to face adversity and suffering. Programs, strategies and public policies for social and human development, as well as for attention to children, adolescents and vulnerable social groups, should include it directly or transversally in their actions, whether in educational institutions, grassroots social organizations, protection centers, defense of rights, etc. since experiencing tenderness in human interaction and coexistence will contribute to the development of self-esteem, confidence and affective-social-emotional skills as it is a restorative and empowering force for well-being, resilience and greater coping skills in adult life. For this purpose, it can be applied in aspects such as parenting style, an inducer for healthy interaction and coexistence, as an educational approach model, a strategy for raising awareness and motivation in community contexts and, for psychotherapeutic purposes.

KEYWORDS: tenderness, resilience, socio-emotional wellbeing, restoration, affective, Huancavelica.

Artículo recibido: 08/03/2025
Arbitrado por pares
Artículo aceptado: 10/06/2025
Artículo publicado: 01/07/2025



INTRODUCCIÓN

En una sociedad de desigualdades, heridas sociales y exclusión, la ternura, aquella dimensión de la afectividad, cual elemento conector de simbiosis en la interacción humana, emerge como una fuerza capaz de transformar realidades en tanto potencia, la renovación y reconstrucción de la dignidad del ser humano, la familia, la comunidad y sus instituciones.

Es en el tejido social, al margen de su condición económica y étnica en el devenir de la existencia gregaria de los humanos, la ternura se expresa en la crianza de la prole, la relación de pareja, la valoración de los semejantes, así como el reconocimiento de la sensibilidad de los seres vivos y la relación armoniosa con la naturaleza.

En las sociedades pobres del ande, donde los vínculos están marcados por desigualdades, injusticia y exclusión social; la ternura debe ser un imperativo conceptual y una práctica cotidiana en la interacción personal, familiar y comunitaria, en tanto, no es sólo una expresión de los sentimientos, sino una fuerza de resistencia y práctica constructiva que predispone a enfrentar la adversidad y el sufrimiento como antídoto a aquellas expresiones psicosociales de riesgo aún vigentes que caracterizan la psicología y la cultura de la pobreza, como; la subvaloración personal, estados de ánimo tristes y nostálgicos, tendencia al maltrato con escasa expresión paterna de afecto, pobre autocontrol y autorregulación, desconfianza en la interacción social, proyección temporal reducido al presente sin metas en proyecto de vida y primacía del locus de control externo constituidos en cuatro dimensiones; lo cognitivo, afectivo – emotivo, comportamental y espiritual, (Rodríguez y Uriol, 2023), donde, los programas, estrategias y políticas pública de desarrollo social y humano así como, de atención a los grupos sociales vulnerables deben incluir directa o transversalmente acciones de promoción e inducción para el ejercicio de la ternura en los escenarios sociales vinculados a sus objetivos y población de interés, como las instituciones educativas, servicios de salud, la familia, Organizaciones Sociales de Base (OSB), centros de protección, defensoría de los derechos, entre otros.

La ternura y el apego como fuerzas potenciadoras del bienestar y la resiliencia

Un estado de apego seguro, es el sentimiento de confianza de una persona en que su cuidador o alguien presente en su cotidianidad se mostrará receptiva y atenta ante sus necesidades que, en el niño es inicialmente la madre o quien cumple ese rol, generará sentimientos saludables hacia uno mismo y de expectativas positivas hacia los otros (González, 2022), permitirá entender a los padres de familia, educadores, tutores, personal de salud y todos quienes ostentan la misión de formar personas que, cada niño/a y cada persona es un ser único que le es inherente el derecho a ser aceptado, reconocido y valorado, por lo que consideramos pertinente su aplicación en cinco campos:

a) Como estilo de crianza,

Donde los padres y adultos en el contexto familiar o comunitario entiendan que toda interacción con los niños, niñas y adolescentes debe ser una experiencia de valoración personal positiva, empática, amorosa y protectora.

Practicar la ternura como estilo de crianza implica reconocer los derechos de los niños, niñas y adolescentes hacia su bienestar socio emocional y afectivo, donde los patrones adultocéntricos, a veces machista y patriarcales aún vigentes en los contextos socio culturales de la sierra peruana, interpreta que ser tierno y afectuoso es signo de debilidad.

Para ello, es importante primen en la interacción y convivencia familiar expresiones cotidianas de afecto positivo a través de experiencias como:

- Comunicación amable bajo una escucha activa

- Disciplina basada en el respeto, con límites claros en un marco de tolerancia y reforzamiento de los buenos comportamientos sin castigos humillante ni a maltrato de ninguna índole.
- Modelar con el ejemplo, los padres y adultos son referentes de especial significación para los niños, niñas y adolescentes.
- Fomentar la autonomía, facilitando que las decisiones de los NNA estén acorde a sus capacidades, alentándoles la responsabilidad en sus momentos de frustración y celebrando sus logros.

b) Como inductor para una interacción y convivencia saludable

Hacer vigente la ternura como inductor para la interacción y convivencia saludable en entornos comunitarios y organizacionales promoviendo relaciones basadas en el respeto, empatía y solidaridad, siendo apremiante para ello estrategias como:

- Cultura de cuidado y valoración, donde la comunicación sea afectuosa y de respeto en escucha activa, capaz de despertar confianza y apoyo mutuo.
- Solidaridad voluntaria, en acciones comunitarias hacia las personas vulnerables
- Liderazgo ejemplar, los agentes comunitarios, educadores y actores sociales de referencia deben ser los primeros en practicar la ternura.

c) Como modelo de abordaje educativo

Aplicar la ternura en los contextos educativos connota una “pedagogía de la ternura” o de “escuelas de ternura” (World Vision, 2018), que en esencia promuevan la sensibilidad del educador y el educando que en el entender de Sánchez, Corimayhua, Catacora y Chang (2021) permitirá que ambos crezcan emocionalmente estables, en un ámbito donde se construyan relaciones de confianza, seguridad y respeto a sí mismos y hacia los demás, y así transformar la enseñanza en un proceso más humano, afectivo y comprensivo.

Desarrollar los procesos educativos en un marco de ternura y afecto positivo, implica:

- Empatía, en una interacción basada en el respeto, la tolerancia y amabilidad.
- Estrategias motivadoras en un ambiente seguro, protector y acogedor.
- Educación con el ejemplo, el educador, tutor o formador son referentes y modelos de gran significación.

d) Como estrategia de sensibilización y motivación en contexto comunitario

Aplicar la ternura para sensibilizar implica conectar con los sentimientos y emociones de las personas e inducir a cambiar las actitudes y comportamientos ante los problemas de los niños, niñas, adolescentes y adultos de la comunidad, reconociendo su condición de vulnerables.

Como escenarios o agentes donde esta sensibilización y motivación se tiene que dar están las Organizaciones Sociales de Base (OSB), defensorías de derechos, asociaciones de padres de familia, personal de salud, líderes, autoridades, decisores comunitarios, etc. Algunas de las formas de implementarla serían:

- Mensajes simbolizados, mediante historias, metáforas o narraciones emotivas capaces de propiciar el involucramiento con la problemática de los niños, niñas, adolescentes y adultos de la comunidad.
- Compromiso público ante las demandas de los niños, niñas y adolescentes y ponerla en manifiesto en decisiones legítimas mediante políticas públicas ante la violencia, el maltrato y la explotación infantil, el abandono, la pobreza, y vulneración de sus derechos.

e) Como modelo psicoterapéutico

La psicoterapia es un proceso sanador donde un profesional de la salud mental ayuda a las personas a comprender y manejar sus pensamientos, emociones y comportamientos en perspectiva

de aliviar el sufrimiento psíquico, promover bienestar y desarrollo personal y, si hablamos de ternura, metafóricamente diríamos, el amor, el apego, el afecto y el cariño son un bálsamo o remedio ante el dolor, la tristeza o el sufrimiento emocional que, vivenciadas de manera organizada y en un sentido de buena adherencia al tratamiento, permitirá sanar y restaurar los daños en la salud mental.

Así, el abordaje psicoterapéutico de “Bálsamo de Ternura” implica un proceso restaurador y sanador de las secuelas de un pasado doloroso y adverso que al ser vivenciadas de manera sistematizada en siete encuentros / talleres organizados en cuatro momentos: 1 conectar, 2 resignificar, 3 trascender y 4 darse en solidaridad, permitirá sanar el sufrimiento. (World Visión, 2024). Su aplicación es fundamental y de alternativa eficaz por lo que, debe instaurarse en los servicios de salud especializados como los Centros de Salud Mental Comunitarios (CSMC) y hospitales, por ser ahí, donde se puede brindar asistencia efectiva a quienes llevan sufrimiento como resultado de vivencias traumáticas en la infancia, como violencia, abandono, orfandad, abuso sexual y violaciones de sus derechos.

También es fundamental su aplicación con fines de profilaxis mental en los operadores relacionados con la atención y formación de niños, niñas y adolescentes como, el personal de las aldeas infantiles y hogares de protección, docentes, personal de salud, entre otros, en la simple lógica, es premisa estar bien uno mismo para ayudar al otro, pues, es insulto pretender ayudar al otro cuando uno es el primero en necesitar ayuda. Nadie puede dar aquello que no posee.

Las premisas para aplicar la ternura como modelo psicoterapéutico son:

- Construcción de un vínculo seguro, en conexión genuina y afectuosa entre terapeuta y paciente, donde el sufriente se siente acogido, aceptado y comprendido.
- Escucha activa con sensibilidad, capta emociones profundas y responde con empatía, sin juicios ni apresuramientos.
- Reestructuración cognitiva, entiende y resignifica el sufrimiento propio y el del otro, a partir de las experiencias de ternura y adversas en la niñez.
- Visualización de la autoimagen y autoaceptación, recurrir a objetos simbólicos que evoquen ternura, induciendo a las personas se hablen o se escriba a sí mismo con ternura y no con autocritica.
- Práctica cotidiana, disponiéndose a dar y recibir cariño en gratitud y reconocimiento acompañados de técnicas de autorregulación emocional, respiración profunda, meditación, relajación o mindfulness que faciliten una mejor gestión del estrés y el trauma.

METODOLOGÍA

Este artículo se construye bajo un enfoque cualitativo interpretativo de carácter reflexivo-analítico, que articula la experiencia profesional y ciudadana de los autores con la revisión de literatura académica y documentos institucionales. La selección del enfoque responde a la naturaleza del objeto de estudio: la ternura como categoría afectiva, social y educativa, en contextos sociales andinos marcados por pobreza estructural y exclusión.

Se empleó la técnica de análisis documental para explorar enfoques conceptuales relacionados con la ternura, el apego, el bienestar emocional, la resiliencia y la educación emocional, integrando fuentes bibliográficas actualizadas, documentos de organismos internacionales como World Vision (2018, 2024), y publicaciones académicas (González, 2022; Rodríguez y Uriol, 2023).

Complementariamente, se utilizó la sistematización de experiencias significativas provenientes del trabajo directo de los autores con poblaciones vulnerables en los Andes peruanos, mediante

proyectos educativos, intervenciones psicosociales y actividades de formación comunitaria. Estas experiencias se categorizaron temáticamente según los cinco campos propuestos de aplicación de la ternura: crianza, convivencia, educación, sensibilización comunitaria y psicoterapia.

El cruce de la información permitió generar una propuesta argumentativa que reconoce a la ternura como fuerza restauradora, eje de desarrollo humano y estrategia cultural de resiliencia frente a la pobreza y exclusión.

RESULTADOS

A partir del análisis reflexivo de las experiencias sistematizadas en contextos comunitarios andinos, emergieron cinco ámbitos fundamentales donde la ternura se configura como un principio relacional transformador: la crianza, la convivencia comunitaria, la educación, la comunidad y la psicoterapia. Cada uno de estos ámbitos fue descrito con base en testimonios, observaciones directas y prácticas significativas, organizadas en torno a las siguientes categorías:

1. Crianza con ternura

Se identificaron múltiples casos donde los cuidadores, especialmente madres, tíos y abuelas, aplicaban prácticas de cuidado que incluían contacto físico positivo, lenguaje afectivo, mirada empática y protección emocional. Estas acciones, aunque a menudo invisibilizadas, contrarrestan modelos de crianza autoritaria, frecuentes en el medio andino. La ternura, expresada a través del tiempo compartido, el consuelo en situaciones de tristeza o miedo, y la validación emocional, fortalece el desarrollo de un apego seguro en niñas y niños.

“No tengo mucho para dar, pero le doy mi cariño, le escucho, le hablo suave, y eso creo que le da fuerza para seguir adelante”, (Testimonio de madre en comunidad de Huancavelica).

2. Ternura en la convivencia escolar y comunitaria

En espacios escolares y comunitarios, se observó que la incorporación consciente de gestos tiernos en la comunicación –como el saludo afectuoso, la escucha activa o el reconocimiento verbal positivo– generaba climas de convivencia más seguros, colaborativos y respetuosos. Las iniciativas que promovían el diálogo, la reconciliación y el reconocimiento del otro como legítimo fueron más eficaces cuando incluían componentes emocionales y simbólicos relacionados con el afecto.

“Cuando el profesor nos trata bien, uno ya no quiere faltar, porque se siente bonito ir al colegio”, (Estudiante de 12 años, Huancavelica).

3. Educación basada en la ternura

Las prácticas pedagógicas observadas en instituciones que adoptaron el enfoque de “Escuelas de Ternura” reflejan un impacto positivo en la participación estudiantil, la autorregulación emocional y la disminución de la violencia escolar. Los docentes que aplicaban este enfoque reportaron una mejora en la relación con sus estudiantes y una mayor disposición para el aprendizaje significativo. Las estrategias más efectivas incluyeron el uso de cuentos, dramatizaciones, juegos cooperativos, y el refuerzo del vínculo a través de gestos cotidianos de cariño y respeto.

“Aprendimos que se enseña mejor cuando el niño siente que lo quieren y lo cuidan” (Docente participante en taller de Escuelas de Ternura, 2023).

4. Construcción de comunidad con ternura

La ternura aplicada a las dinámicas comunitarias posibilitó procesos de sanación colectiva, reconciliación entre familias y fortalecimiento de redes de apoyo local. Los espacios comunitarios donde se promovió la escucha empática, la validación de la memoria emocional y la expresión afectiva, se convirtieron en núcleos de resiliencia y contención frente a contextos adversos como la pobreza, la migración forzada o la violencia política del pasado.

“Recordamos con dolor, pero también con cariño, y eso nos permite seguir como comunidad” (Líder comunal de Lircay, Huancavelica).

5. Ternura como enfoque psicoterapéutico

En las intervenciones psicoterapéuticas aplicadas bajo el enfoque del “Bálsamo de Ternura”, se evidenció una aceptación significativa por parte de pacientes con antecedentes de trauma infantil, negligencia o abandono emocional. El uso de narrativas sanadoras, metáforas afectivas y dinámicas de reconexión emocional contribuyó a generar alivio psíquico, apertura emocional y construcción de nuevos significados sobre el dolor vivido. Este modelo permitió integrar dimensiones espirituales y culturales propias del mundo andino, lo que fortaleció su efectividad.

“Cuando me hablaste con ternura, sentí que no todo estaba roto por dentro”, (Paciente adulto, intervención psicoterapéutica en Huancavelica).

DISCUSIÓN DE RESULTADOS

El análisis integrado revela que la ternura es una categoría socioemocional de alto impacto en contextos vulnerables, y su aplicación transversal puede fortalecer significativamente las capacidades afectivas, cognitivas y conductuales de las personas, especialmente en niños, niñas y adolescentes.

En primer lugar, se evidenció que, en las familias andinas, a pesar de las carencias económicas y patrones autoritarios heredados, existen expresiones espontáneas de ternura que, al ser reconocidas y potenciadas, pueden constituirse en un estilo de crianza resiliente. La promoción de relaciones parentales más empáticas y afectuosas tiene efectos positivos en la autoestima, la autorregulación emocional y la confianza de los menores.

En el campo educativo, se identificó que las estrategias centradas en una "pedagogía de la ternura" promueven una atmósfera más favorable para el aprendizaje significativo y el desarrollo integral del estudiantado. La implementación de relaciones horizontales, el respeto por la diversidad emocional y el acompañamiento afectivo de los docentes son claves en entornos de alta vulnerabilidad.

Asimismo, las acciones de sensibilización comunitaria basadas en la ternura han demostrado ser efectivas para fomentar el compromiso social, la solidaridad y la participación activa en la protección de derechos, lo cual fortalece el tejido social y previene situaciones de violencia o abandono.

Finalmente, el modelo psicoterapéutico del "Bálsamo de Ternura" presenta resultados promisorios como estrategia sanadora para personas que han vivido experiencias traumáticas. Las sesiones estructuradas y progresivas permiten resignificar el dolor, fomentar la autoaceptación y reactivar recursos internos para la superación del sufrimiento.

Estos hallazgos refuerzan la idea de que la ternura no debe limitarse al ámbito privado o emocional, sino debe ser reconocida y promovida como categoría cultural, educativa, terapéutica y política. En contextos sociales de pobreza estructural, como los Andes peruanos, constituye una herramienta esencial para la restauración del sentido de dignidad, la construcción de resiliencia comunitaria y el ejercicio pleno de derechos humanos desde una perspectiva afectiva e inclusiva.

CONCLUSIONES

Practicar la ternura se convierte en fuerza restauradora y potenciadora para el bienestar, la resiliencia y mayores competencias de afrontamiento en la vida adulta que, en los contextos sociales en pobreza puede y debe ser aplicada en cinco campos; como estilo de crianza, como inductor para una interacción y convivencia saludable, como modelo de abordaje educativo, como estrategia de sensibilización y motivación en contexto comunitario y, como modelo psicoterapéutico.

Aplicar la ternura en la crianza y educación contribuirá al desarrollo de la autoestima, confianza y competencias afectivo socio emocionales en los niños, niñas, adolescentes y adultos, en tanto propiciará relaciones interpersonales constructivas y motivadoras capaces de fortalecer los lazos de amistad e integración comunitaria u organizacional, permitiendo ser un recurso facilitador de resolución de conflictos y, en psicoterapia es una estrategia efectiva para sanar heridas emocionales y de efecto profiláctico, siempre en cuando sea organizada, sistematizada y de buena adherencia.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- González, S. (2022). Antecedentes del apego, tipos y modelos operativos internos. *Revista de Psiquiatría Infanto-Juvenil*, 39(2), 2–15. <https://doi.org/10.31766/revpsij.v39n2a2>
- Rodríguez, F., & Uriol, A. (2023). Caracterización psicosocial de riesgo en contextos de pobreza. *Revista Social Fronteriza*, 3(4), 1–25. [https://doi.org/10.59814/resofro.2023.3\(4\)1-25](https://doi.org/10.59814/resofro.2023.3(4)1-25)
- Sánchez Pastor, V., Corimayhua Coarite, I., Catacora Baylon, Y. M. C., & Chang Medina, J. L. (2021). La pedagogía de la ternura: Algunas reflexiones académicas. *Paidagogo*, 3(1), 40–51. <https://doi.org/10.52936/p.v3i1.45>
- World Vision. (2018). *Escuela de ternura para todos: Guía del participante*. Oficina Regional para América Latina y el Caribe. https://2623910.fs1.hubspotusercontent-na1.net/hubfs/2623910/Conexi%C3%B3n%20Ternura-Recursos/CN-Formaci%C3%B3n/escuela/Guia_Participantes_Escuela_de_Ternura.pdf
- World Vision. (2024). *Bálsamo de ternura: Guía de facilitación*. Oficina Regional para América Latina y el Caribe. https://2623910.fs1.hubspotusercontent-na1.net/hubfs/2623910/Conexi%C3%B3n%20Ternura-Recursos/CN-Formaci%C3%B3n/Balsamo/Gu%C3%A1A_da_facilitaci%C3%B3n_B%C3%A1lsamo_final.pdf