



Sofia Silva



shameless

SHAMELESS (DESVERGONZADO)

Para algunos es entretenimiento, para otros, es la realidad diaria. Shameless muestra lo que sucede cuando las familias se vuelven disfuncionales; a veces es tan trágico e insondable que es simplemente cómico, pero así es la vida y tenemos que aprender a reírnos de lo absurdo.



La serie sigue a los Gallagher, una familia estadounidense-irlandesa, mientras luchan para llegar a fin de mes, sin una madre que los críe y con un padre alcohólico que hasta a veces sería mejor que estuviera ausente. El padre, Frank Gallagher (William H. Macy, nominado para un Oscar) está soltero desde hace seis años y pasa la mayor parte de su tiempo bebiendo en bares o inventando historias por aquí y por allá para ganar dinero rápido.

Fiona Gallagher (Emmy Rossum) es la hija mayor que asume la responsabilidad de criar a sus hermanos debido a la ausencia de su madre y la falta de cuidado de Frank. Cuando Frank ocasionalmente elige actuar como un padre, generalmente se debe a que necesita algo a cambio, o sea, no porque realmente esté tratando de cumplir con su rol de padre. El resto de los hermanos, Lip, Ian, Debbie, Carl y Liam hacen lo mejor que pueden para sobrevivir con lo poco que tienen, a veces tienen que

recurrir a robar comida, dinero o lo que sea necesario. Cada episodio presenta una situación más disparatada que la anterior, en la familia Gallagher no escasean el drama ni las sorpresas.

Hablando seriamente, esta serie retrata la realidad que muchas familias atraviesan a diario. Este ciclo de disfunción tiende a repetirse y los niños son especialmente vulnerables a los efectos negativos de este estilo de vida. Muchos de estos niños experimentan traumas para los que nunca recibirán ayuda psicológica, lo que desafortunadamente mantiene el ciclo enfermizo en las sociedades.

Cuando esos traumas no se resuelven, tendemos a repetir las relaciones de la infancia en la edad adulta. Muchas de nuestras creencias fundamentales sobre nosotros mismos también se forman durante los años críticos de la infancia.

Es posible que no comprendamos por qué nuestra autoestima está baja o por qué seguimos teniendo relaciones amorosas que no nos hacen felices y no satisfacen nuestras necesidades.

Esto se debe típicamente a que estamos repitiendo un patrón de relaciones aprendido en la infancia, es lo que se llama nuestro estilo de apego. En la infancia y la adolescencia, también adoptamos muchas creencias fundamentales sobre nosotros mismos que a menudo determinan los caminos que buscamos en nuestras vidas y las personas con las que nos rodeamos. Si los mensajes que escuchamos al crecer son cariñosos, de apoyo y enriquecedores, es probable que tengamos niveles más altos de amor propio y respeto por nosotros mismos, será más fácil alejarse de las personas que no nos tratan de la manera en que deseamos ser tratados y será más fácil luchar por lo que realmente queremos.

Por otro lado, si el mensaje que escuchamos mientras crecemos es de abandono y aversión, probablemente adoptemos esta visión de nosotros mismos; no nos sentiremos lo suficientemente dignos de estar en relaciones sanas donde nos sintamos escuchados y respetados y no nos sentiremos lo suficientemente capaces y fuertes de luchar por nuestros objetivos porque hemos internalizado el mensaje de que “no eres lo suficientemente bueno”. Sin la ayuda y educación adecuadas puede ser muy difícil, si no imposible, recuperarse del efecto de estos mensajes negativos.

Para aquellas personas que estén viviendo en este tipo de situación o que hayan crecido en familias disfuncionales, es importante buscar ayuda para procesar y sanar los traumas de la infancia; de lo contrario es probable que se encuentren en la vida adulta frente a los mismos patrones de comportamiento dañino una y otra vez sin entender por qué se repiten. Si no se está listo para recibir asesoramiento, siempre se puede obtener información sobre los diferentes estilos de apego, en libros o en la red de Internet. El simple hecho de ser consciente y comprender que existe un problema ayuda a comenzar el proceso de cambio. Si lo que buscamos es puro entretenimiento, asegúrate de ver a la familia Gallagher en *Shameless* así ves cómo esos jóvenes crecen y aprenden a construir su camino con lo poco que tienen.





SHAMELESS