

Notas y Crónicas

Reflexiones de un terapeuta de familia en el año internacional de la familia

Cristina PÉREZ DÍAZ-FLOR

*"Según va la familia, así va la nación". Margaret Mead.
"En el amor reside todo el poder de regeneración del mundo". André Breton.*

Algunas personas, con cariño, me han insinuado y animado a que escribiera algo sobre la familia, que contara algunas experiencias desde los ya largos años de profesión; y nada más apetecible que hacerlo estando tan convencida de que gracias a ella y sólo desde ella somos personas, porque lo cierto es que todavía no se ha inventado la técnica de la socialización e integración en el vacío. Esta colaboración quiere representar la adhesión de la Escuela y de su revista al "Año Internacional de la familia", en este meridiano de 1994.

Quisiera poder saber expresar en estas páginas todo lo que para mi significa este grupo primario que es la familia y cómo, también hoy, es objeto de permanente especulación, buscando la mejor fórmula para denominarla, y confundirla no pocas veces, cuando, con acierto o sin él, en su significado queremos que valga todo.

Son ya muchos años escuchando, hablando, trabajando y apostando por la familia, "principio y fundamento de la sociedad"; pero, ¿qué está pasando?, ¿es la pérdida de la identidad de la persona la causa de la pérdida de la identidad de la familia?

El hombre, único e irrepetible, libre y responsable de sus actos, se forja en ella, que siempre es respuesta para él, novedosa a veces, cotidiana otras. Constituye el núcleo central de nuestro desarrollo, tanto a nivel físico como emocional o sexual. Nuestro caminar lo iniciamos en ella y en ella lo concluimos.

El deseo de autenticidad de cada nueva generación se apoya en el modo de vivir por parte de la generación precedente, y es denunciando los defectos de esta generación anterior como aparece la crisis y su fuerza de convicción, la crisis de la familia.

Entonces, equivocadamente, hablamos de "liberarse" como romper límites, más aún, como no tenerlos; eso no es verdad. El hombre tiene una naturaleza cuyos límites no se pueden traspasar sino a costa del propio hom-

bre, y nuestro hombre de la nueva generación se encuentra en la encrucijada siguiente: de un lado, su sentimiento de no aceptar experiencias familiares que no sean suyas, es un derecho y quiere ejercitarlo; de otro lado, descubre las "formas" de vivir de su familia, las concepciones familiares más tradicionales, sus legados, que ponen límites a su actuación.

Es la paradoja permanente de la libertad, que es más bien propiedad de la voluntad, no de la razón.

Pero, ¿qué podemos decir entonces que es la familia para nosotros hoy? Yo creo que sigue siendo la institución que sirve de apoyo a la civilización, a la vez que es apoyada por ésta, elemento intrínseco de la vida humana. Pese a ello hay, y no pocos, intentos de reemplazarla por otras formas de asociación; ya desde Platón, en "La República" que señala la organización ideal (libro quinto), hasta, y desde otro plano, los Komsomoles soviéticos, pasando por la razón pura de Fichte. Los ataques constantes y fuertes a lo largo de la historia la han acusado de agente patógeno que perjudica la salud del individuo, cuando no de freno para el progreso. Sin embargo, a pesar de los cambios evolutivos, la institución de la familia ha sobrevivido a todos los ataques, y nos encontramos en el proclamado Año Internacional de la Familia, con Jornadas, Congresos, Symposia, mesas redondas, cuyo tema monográfico es la familia.

A modo de aproximación, casi todos estaríamos de acuerdo en que es una organización primaria, basada en un origen común y destinada a con-

servar y transmitir pautas y rasgos de vida física, mental y moral. "Es el centro y el corazón de la civilización del amor" (Juan Pablo II, "Carta a las Familias", 2-II-94).

La familia es un concepto que no requiere preparación intelectual para ser comprendido, pertenece a la evidencia humana. Lo mismo que el amor, la familia no se aprende en los libros, y lo mismo que el amor, aparece como uno de los raros espacios donde uno es acogido en su dimensión personal y compleja a la vez. Se vive en la realidad misma de la pareja, en la intimidad con los hijos, y siempre igual y distinta en su simplicidad a lo largo de toda la historia.

Su sabiduría no tiene nada que ver con la instrucción ni la cultura, más bien con el sentimiento; es una realidad natural que permanece en el tiempo y en la historia.

El primer dato natural sin el que no podríamos pensar en la familia es la masculinidad o femineidad como dimensiones de la persona pues, querámoslo o no, todos somos el producto de la sexualidad de nuestros padres. La distinción de sexos es, pues, una realidad natural. Aquí quiero citar al biólogo Alexis CARREL que escribe: "las diferencias que existen entre el hombre y la mujer, no provienen de la forma particular de los órganos, de la presencia del útero, de la gestación o del modo de educación. Son de naturaleza más fundamental, determinadas por la estructura misma de los tejidos y por la impregnación de todo el organismo de sustancias químicas específicas secretadas por el ovario". "... el hombre y la mujer difieren profunda-

mente; cada una de las células de su cuerpo lleva la marca de su sexo"... "lo mismo ocurre con sus órganos y sobre todo con su sistema nervioso" (*L'homme cet inconnu*, 1936).

Es importante señalar que la distinción radical que el autor hace no atañe a la persona humana como constitutivo sustancial, sino a una dimensión de ella, su sexualidad, lo que significa que ser hombre o mujer es ser distintos, no superior o inferior, pues sólo hay una única e idéntica condición de naturaleza humana: "ser persona", con la peculiaridad de su modalidad sexual, rasgos peculiares también en el camino del entender y del querer.

Los psicólogos, al hablar de la familia, podríamos analizarla como un sistema de roles. "... se reconoce a la familia como una institución en donde el niño asimila la asignación de roles básicos fundamentales para su adaptación e integración" (Lidz, 1963 "*The Family and human adaptation*").

Feldman y Scherz, trabajadores sociales, también han dejado escrito que la familia funciona por medio de roles que durante el curso de la vida van operando de forma cambiante.

Estos roles pueden ser instrumentales o emocionales y se van desempeñando adecuadamente según la edad en las diferentes etapas de la vida familiar. En familias más disfuncionales aparecen serias dificultades en el manejo de ellos.

El tema de los ciclos de la vida familiar y la evolución de la propia familia incluye una serie de cambios producidos en la medida en que los miembros de la familia pasan por eta-

pas de transición. Todos hemos pasado los años más largos de nuestra vida sumidos en nuestra familia; son años que subjetivamente nos forman más que los de la edad adulta. Para situarnos como personas individuales en la vida, personas en relación, vamos adquiriendo nuestro aprendizaje en el seno de la familia, de nuestra familia, encontrándonos siempre en presencia de cambios en el interior de ella y en el exterior.

Como hijos en la familia, tenemos un padre y una madre. Una madre que, en las funciones propias de la nueva mujer, le cuesta definirse como protagonista social, como compañera sexual, como madre. No sabe separar y distinguir lo que en su rol proviene de la cultura, de lo que responde a su especificidad.

Es posible que la condición de la mujer no haya sido nunca tan compleja como en este período de mutaciones sociales que vivimos.

El padre, ante este nuevo panorama, aparece como hombre inseguro, con miedo; miedo a la competencia profesional, a no poder responder a las expectativas sexuales de la mujer y además, y casi por primera vez, a tener que aprender a conciliar su profesionalidad y una paternidad vivida con mayor profundidad, compartiendo roles y funciones.

Mi experiencia en problemas de pareja y de familia me lleva a reforzar que muchos de los problemas tienen que ver con el desarrollo del individuo en la dinámica de su propia familia.

Influenciada primero por un enfoque psicoanalítico y más tarde comprometida fuertemente con el modelo

sistémico, para ayudar a las personas en su sufrimiento, me parece de vital importancia el "resolver" el ser y el estar en la vida de cada persona con el "resolver" dentro de su propia familia. Retomaremos esto más adelante, señalando algunos postulados para solucionarlo, y volvamos ahora al tema de los ciclos evolutivos dentro de la familia.

La familia moderna es conyugal, es de pareja; se inicia y mantiene dependiendo de dos personas que, día a día, hacen efectiva una comunidad de vida y amor buscando, al mismo tiempo, la realización personal de cada uno de ellos.

El amor, que es el fundamento de la pareja, es una llamada a salir de uno mismo para ir al encuentro del otro, pero crear una familia es todo un camino que se vive en la relación prolongada de nuestras familias de origen y que se amplía a los hijos que vinieron y a aquellas personas que acogimos y nos acercamos.

El amor de un hombre y de una mujer es, además, el encuentro de dos "culturas", de dos "historias" vividas de muy distinta manera, que se van a aportar a esa unión, con lo bueno y lo menos bueno; es el bagaje de lo vivido y asimilado hasta ese momento. Sin querer repetir el pasado, tenemos que partir siempre de la historia personal de cada uno, para cambiar ese futuro como pareja. Se tiene que crear una nueva historia y un nuevo proyecto de los dos, distinto, y que toma cuerpo con un espíritu que le es propio.

Las motivaciones que llevan a las personas a unirse son fundamentales,

pero en general bastante inconscientes. En palabras del doctor Henry Dicks, diremos con él: "ninguno de nosotros sabe mediante qué sexto sentido las personas del sexo contrario se reconocen unos a otros como adecuados para satisfacer sus necesidades, siendo éstas complejas y no pocas veces contradictorias".

A veces los sentimientos nuestros son tan dolorosos para sostenerlos en nuestras mentes que los colocamos dentro de la otra persona, proyectándose en ella. La pareja, por constituirse en una relación de ligazón emocional fuerte, es más proclive a este proceso de proyección. Seguramente, en la elección de pareja es muy posible que los procesos de proyección hayan tenido mucho que ver.

Si se proyectan aquellos aspectos aterrizantes de uno en el otro puede la pareja quedar atrapada en una espiral, disociándose más y más estos aspectos y obligando al otro a expresarlo doblemente.

Recuerdo una pareja, hace años, en la que uno de los problemas que presentaban era que él se quejaba de ella diciendo que era distante, fría y poco cariñosa, y al escuchar esto la esposa se entristeció tanto que empezó a llorar. Al preguntarle por qué se sentía así, comentó que anteriormente lo había intentado muchas veces y que se sentía siempre rechazada por él. Ella quería ser fría y distante como él "la quería". Más tarde se supo que él se había educado en un orfanato, sin padres y que jamás había sentido el cariño y la cercanía.

Las nuevas etapas del ciclo vital y los acontecimientos que señalan los

Reflexiones de un terapeuta de familia en el año internacional de la familia

cambios de rol son también: el nacimiento del primer hijo, que señala la aparición de una nueva familia de dos generaciones. Pero el nacimiento, lo mismo que la muerte, está lleno de misterios y por seria y buena preparación práctica que se haya tenido, aparecen sentimientos de confusión hasta crear una nueva relación de tres personas, donde ya las tres aprendan otro modo de expresar afecto, de acercarse. La pareja tiene que jugar también con el rol de padres para ese nuevo ser que aparece. Tienen que hacer cambios en función de esa nueva vida. Se va a producir una crisis de desarrollo y un punto importante en el crecimiento de la familia.

La capacidad de las personas que cuidan al bebé para dejar de lado sus propias necesidades en favor de las de él, le van ayudando a convertirse en una persona capaz de ocuparse también de los demás.

En los primeros años se empieza a desarrollar algún tipo de sentido de seguridad; se descubre la capacidad de producir también dolor, y de separarse de la madre; poco a poco van apareciendo las cualidades individuales que tienen y deben ser respetadas.

Los aspectos de dependencia-independencia y de masculino-femenino deben encararse ya en los primeros años, para llegar a ser una persona segura, con confianza en su vida. Se va logrando el desarrollo de su "sí mismo", cada vez más socializado, a la vez que el niño experimenta una vida de fantasías, sueños, conflictos, deseos.

La siguiente etapa de desarrollo es la famosa etapa edípica. El niño se

compromete en las relaciones con los dos padres a la vez. Aparece la lealtad y rivalidad como conflicto, mientras siente que va a ser excluido en esa relación de pareja de sus padres. El amor del niño en situación edípica, en familias cariñosas y en crecimiento, sentimos que es muy importante que sea correspondido por el amor de sus padres. Se espera que el niño se identifique con el progenitor del mismo sexo, renunciando al interés sexual por el progenitor del sexo opuesto.

La tarea de ser padres en este momento del ciclo evolutivo es significativa sobre todo por el proceso de socialización que, si bien no comienza en este momento, sí adquiere toda la importancia, influyendo fuertemente en su comportamiento de adulto. Aparece también en el niño con los conocimientos y destrezas, la capacidad de relacionarse, sobre todo con amigos del mismo sexo. También se constituyen más claramente los vínculos con los abuelos, tíos y primos. El crecimiento del niño va introduciendo elementos nuevos en el sistema familiar y obliga a éste a negociar nuevamente, modificando los ajustes antes mantenidos. La escuela es otro importante sistema de influencia que obliga a ello. A propósito de la Escuela, siento cada vez más, cuando trabajo con esta institución, que padece una enorme carencia de expresión afectiva, de comunicación, de creación y de juego. El docente enseña el entendimiento, pero no enseña al cuerpo y al corazón. En la escuela se necesitan nuevas comunicaciones que permitan crear un clima de más confianza, modificando las relaciones entre los alumnos y pro-

fesores, introduciendo nuevas formas donde se pueda lograr una estrecha convivencia con adultos, tomando iniciativas y trabajando las contradicciones, ¿no es eso la verdadera educación?

Con la adolescencia, período que se describe como la transición entre la infancia y la edad adulta, aparecen demandas fuertes y abundantes; un diálogo permanente de la familia se hace imprescindible ya que, invariablemente, aparece un choque con las reglas familiares anteriormente establecidas. Muchas de las crisis fuertes de la familia se dan en este estadio y es la armonía de la pareja en todas sus vertientes (afectiva, sexual, cultural, espiritual, etc.) la que mejor sostiene este período de mutación en el hijo. El adolescente puede extraer de ese amor la fuerza necesaria para convertirse en adulto, con toda la creatividad que lleva en potencia.

Tiene que sentir: que es amado como es, que se le tiene confianza, que se le deja su autonomía y que se le permite escoger y guiar su vida. El amor y la contención de los padres para con el hijo, en esta edad, lleva a permitirle un comportamiento a menudo tan contradictorio como deconcertante: agresivo y generoso, apático y entusiasta. Es la continua oscilación entre el niño que sigue viviendo en él y el adulto que desea ser. Se impone la necesidad en la pareja de haber sabido resolver su sexualidad, pues en esa medida les será menos costoso hablar serenamente con el hijo en este terreno. Las pulsiones nuevas que van surgiendo en el núcleo profundo de sí mismo y ante las cuales se sien-

te un tanto desamparado, en un clima positivo se permiten asumir más plenamente.

La crisis del crecimiento en los adolescentes podemos decir que responde a la necesidad de establecer quién es uno. Y al encuentro con uno mismo, también nuestros padres nos tienen que ayudar ejerciendo la autoridad, que es ordenarnos y protegernos.

Pensaba en una familia que vino a consulta no hace mucho tiempo con la siguiente demanda: "el problema es nuestro hijo; no sabemos qué hacer con él, no nos obedece nada y eso que hemos querido ser sus amigos. Hace lo que le viene en gana, hasta el extremo de levantarle la mano a su madre".

Después de varias sesiones se averigua que era un magnífico estudiante pero que necesitaba en su vida emocional un rigor y una exigencia, a la vez que una seguridad, por parte de sus padres, que no tenía. Esta ausencia de autoridad la reclamaba con el síntoma tan agresivo hacia su madre.

En sus conversaciones se observaba la necesidad de unos padres distintos. No se sentía sostenido lo bastante, y hacía una llamada urgente de socorro.

Trabajé con los padres la importancia de creerse importantes para el hijo y les expliqué que por eso éste ponía tanta energía en hacerse fuerte ante ellos.

Pero esta crisis no es de ahora. Ya Platón dejó escrito hace más de 2500 años: "Al padre le dan miedo sus hijos. El hijo se considera igual a su padre y no tiene respeto ni temor a

sus padres. Quiere ser libre y nada más. Al profesor le dan miedo sus alumnos. Los alumnos llenan de insultos al profesor. Los jóvenes quieren ocupar inmediatamente los puestos de los mayores y los mayores, para no aparecer como despóticos, consienten esta dimisión. Y para colmo tenemos la emancipación de los sexos en nombre de la libertad y de la igualdad..." (La República).

Hoy también los padres se sienten frágiles y débiles en sus familias y no saben cómo hacer algo distinto de lo que que vieron en sus familias de origen. Es algo doloroso; pero la escucha atenta, paciente, desde el corazón, sintiendo al otro como un interlocutor válido y que permita ser remitido a su responsabilidad, en un clima de confianza y atención, puede dar muchas respuestas acertadas a estos conflictos. "Tienes que hacer" es algo que el hijo necesita oír, pero en respuesta a una relación que le haga responsable a él de esa palabra.

El proceso de integración y adaptación social es tarea laboriosa, lenta, pero que nos va indicando la madurez de la vida. Lo "vivido exterior" tiene que pasar a ser "interior aceptado", para ir consiguiendo una estabilidad adecuada al proceso evolutivo.

En la maduración del adolescente la familia sigue siendo el punto esencial de apoyo. El sentido de "fidelidad" que todo ser tiene no puede ser malogrado, al tiempo que es una edad en la que hay que aprender a ser fieles a alguna concepción ideológica.

La etapa siguiente, la juventud, presupone independencia sana del hijo, permitiéndole que estructure su vi-

da del modo que él estime mejor dada su personalidad.

Se establecen relaciones plenamente de adultos —etapa "productiva", llama Erikson en su teoría del ciclo vital—, que consiste en "establecer relaciones comprometidas y recíprocas con los demás en el plano sexual, laboral y social" (*Identidad, Juventud y Crisis*, 1968).

En un sistema familiar que se presenta cerrado aparece un estancamiento, con un movimiento homeostático que defiende su equilibrio comprometiéndose mínimamente en transacciones afectivas con los demás; pero el desarrollo del adulto se basa en las relaciones con los otros, construyendo desde una sexualidad adulta, entendida ésta como parte importante de la intimidad y de la identidad compartida.

La base más sólida de la estabilidad personal se busca en una independencia madura, sin olvidar que independencia no es romper con el hogar como una huida física de la familia de origen, o huida emocional que, permaneciendo en el hogar, constituye la aceptación de normas para evitar roces o situaciones dramáticas, por el interés y el deseo no tiene que ver con lo que constituye la familia como totalidad.

Aparece el compromiso con el otro como ser único y distinto. El camino que va a recorrer desde la infancia a la vejez es búsqueda incesante del otro, que se vuelve cada vez más otro y que provoca la insuperable diferencia entre el hombre y la mujer.

Para algunos la diferencia podrá ser demasiado penosa, la negarán, como el deseo que les empuja. Nega-

rán al otro de sí mismo la mujer, o el hombre. La diferencia quiere ser ignorada, cuando es la primera experiencia del amor.

La vida de pareja debe siempre organizarse en esta relación con la diferencia, la confrontación y la aceptación de los conflictos, la búsqueda de la unidad a dúo.

Y por último, la crisis de la vejez como última tarea del ciclo vital. Aparece la consolidación de la identidad, permitiendo el desplazamiento de un sistema social a otro.

Surgirá la oportunidad de la aceptación de la propia biografía con una capacidad integradora. El proceso de poder evaluar la influencia que se ha ejercido en la vida y su permiso para ser mortal; admitir los cambios de rol. Abandonos de roles laborales por otros más lúdicos y menos rígidos, en cuanto suponen más fácilmente una vida más pausada y con más tiempo para satisfacer los intereses.

El final de la vida, con una nueva crisis de identidad, puede resumirse así: poder desprenderse, que es poder poner a prueba la experiencia de desprendimiento y de confianza. Aprender a morir será la continuación de aprender a vivir, que lo logramos mediante el crecimiento que siempre involucra pérdida y ganancia. "La muerte puede ser el estirón final del crecimiento" (E. Kubler-Ross, 1975).

Volvamos ahora por último al pensamiento que aplacé al comenzar a explicar mi vivencia sobre los ciclos evolutivos y la crisis de desarrollo.

El resolver el ser y el estar en la vida de cada persona tiene que ver con el resolver dentro de su propia familia.

La figuras de los padres tienen que quedar en cada uno de los hijos bien internalizadas. Rescatar sus imágenes y gozarlas como lo que son, "los padres", supone sentirse uno en su familia entendido, y amado.

Ellos, como personas irrepetibles y acompañadas en su crecimiento por sus propios padres y hermanos, amaron como pudieron y supieron.

Una mayor comprensión de lo que supone la familia, hábitat natural donde cada persona humana ha sido concebida, educada, acompañada en su crecer hasta el final, será trabajo arduo y difícil en estos momentos actuales, pero necesario e importante de hacer.

La familia se convierte en el mejor recipiente emocional de las personas, en la más sutil plataforma de encuentro de todo nuevo ser que viene a la vida, que tiene que parecer como el más maravilloso regalo, en donde la educación es la verdad y la bondad.

Para el ejercicio del amor y la libertad del hombre, la familia no es escuela reemplazable: es en ella donde se aprende a sentir, donde el hijo se hace padre, y el padre se hizo hijo y es esa dimensión personal de la procreación verdaderamente humana, insustituible, la que sólo la familia es capaz de realizar, frente a cualquier otro suceso grupal.

Cuando al trabajar con una familia le doy el alta, ellos saben y sienten la bondad de los suyos y es ese sentimiento el que les permite poder gozarse en su propia y nueva familia, a la vez que les lleva a enfrentarse a sus problemas. Sentirse amado es sentirse maravillosamente bien.

Reflexiones de un terapeuta de familia en el año internacional de la familia

Yo ya no tengo padres; perdí al que me quedaba aún no hace 6 meses. Quiero, antes de terminar estas reflexiones sobre lo que significa para mí la familia, desde estas líneas, decirles nuevamente gracias; “vosotros fuisteis los primeros que me enseñasteis a amar y me hicisteis crecer en el regalo de la vida”. Después fue fácil;

es mi familia nuclear la que se encarga de hacerlo verdad día a día. Mi fe, ellos, mis amigos y mi trabajo dan un sentido hermoso a mi vida.

Cristina PÉREZ DÍAZ-FLOR
E.U. de Trabajo Social
Universidad Complutense de Madrid