

Nuevas relaciones humanas en el núcleo familiar

Virginia Satir

Índice

Prefacio	11
Nota de la editora	15
Introducción	17
1 ¿Cómo es tu familia?	23
2 La autoestima: la olla que nadie vigila	33
3 La autoestima: la fuente de energía personal	41
4 Tu mandala personal	51
5 Comunicación: hablar y escuchar	57
6 Patrones de comunicación	81
7 Juegos de comunicación	97
8 Las reglas que te rigen	109
9 Sistemas: ¿abiertos o cerrados?	121
10 La pareja: arquitectos de la familia	129
11 Familias especiales	143
12 Tu mapa familiar	161
13 El bote de lombrices en acción	171
14 El diseño de la familia	183
15 Algunos elementos esenciales del diseño de la familia	209
16 La ingeniería familiar	233
17 La familia extendida	253
18 El ciclo vital	263
19 Adolescencia	269
20 Parejas positivas	281
21 Espiritualidad	289
22 Los últimos años	295
23 La familia en la sociedad	311
24 Paz interior, paz entremedias y paz entre todos	319
25 La familia del futuro	325
Acerca de la autora	335

3

La autoestima: la fuente de energía personal

Supongamos que dentro de cada uno de nosotros existe un centro de poder que es el responsable de conservar la vida y está conectado con una fuente de poder universal. Cada centro tiene un generador que produce la energía para continuar la vida. Este centro recibe su combustible de nuestra respiración, la cual procede de una fuente central de energía. Sin respiración, no hay vida.

El generador tiene muchas válvulas que controlan la frecuencia de energía de cada persona, su cantidad y las direcciones en que será canalizada. Imaginemos también que las válvulas de control son el conocimiento y lo que sentimos por nosotros. Nuestro lenguaje y actividades corporales reflejan nuestros pensamientos y emociones. Cuando nos apreciamos y amamos, nuestra energía crece; cuando utilizamos esta energía de forma positiva y armoniosa para conservar un sistema que funcione sin problemas en nuestro interior, la energía crea un fundamento firme a partir del cual el yo puede resolver de manera creativa, realista y compasiva todo aquello que nos presente la vida. Otro modo de expresarlo es: “Cuando me siento bien conmigo y me agrado, hay magníficas posibilidades de que pueda enfrentar la vida desde una postura de dignidad, sinceridad, fortaleza, amor y realidad”. Tal es el estado de la autoestima elevada.

Por otra parte, si una persona se desprecia, se siente limitada, disgustada o tiene alguna actitud negativa, la energía se vuelve difusa y fragmentada. El yo se debilita hasta convertirse en una víctima derrotada por la vida: “Si no me agrado, me devalúo y castigo. Enfrento la vida desde una postura de temor e impotencia, creo un estado en el que me siento víctima y actúo en consecuencia. Me castigo ciegamente, y hago lo mismo con los demás. Soy a la vez sumiso y tiránico. Responsabilizo a los demás por mis actos”. Tal estado psicológico hace que la persona sienta que no cuenta, que perciba la constante amenaza del rechazo y carezca de la capacidad para conservar una perspectiva de *sí* misma, de los demás y los acontecimientos. Tal es el estado de autoestima baja.

Una persona que no sabe valorarse espera que los demás —la esposa, el marido, un hijo o una hija— sean los responsables de asignarle un valor. Por ello se dan manipulaciones interminables que a menudo afectan a las dos partes.

A muchos puede parecerles radical, o incluso destructiva, la idea de que los seres humanos necesitan amar y saber valorarse. Para muchas personas amar al yo es egoísmo y, en consecuencia, un acto contra los demás, una guerra entre individuos.

Para evitar el enfrentamiento con otras personas, los individuos aprenden a amar a los demás *en vez de* a sí mismos; esto conduce a la autodevaluación. Debido a esto, podemos plantear la siguiente interrogante: si un individuo no se ama, ¿cómo podrá amar a los demás? Tenemos muchos ejemplos que demuestran que al amarnos, estamos mejor capacitados para amar al prójimo; la autoestima y el egoísmo no son lo mismo. El egoísmo es una forma de arrogancia que transmite el mensaje: “Soy mejor que tú”. El amor a uno mismo es una declaración de valor; cuando sé valorarme, puedo amar a los otros concediéndoles un valor igual. Pero cuando me desagrado, mis sentimientos hacia otros serán de envidia o temor.



También podemos temer a la crítica de parecer egocéntricos. He observado que la primera medida para vencer dicho temor es reconocer el sentimiento abiertamente. Por ejemplo, podrías decir: “Tengo miedo de que me rechaces si te digo que me agrado”. Luego analiza tu percepción: “¿Esto es cierto?”. Noventa y cinco por ciento de las veces, la respuesta será: “No, no te rechazo; considero que eres muy valiente al decir esto”. Cuando enfrentamos a este monstruo personal —el temor al rechazo—, el resultado suele ser asombroso, en particular cuando lo hacemos de una manera tan simple como esta.

Las relaciones humanas positivas y la conducta adecuada y amorosa tienen origen en personajes con fuertes sentimientos de autoestima. Dicho de otra manera, los individuos que se aman y valoran, pueden amar y valorar a los demás, y enfrentar la realidad de manera adecuada. Una autoestima fuerte es el medio que nos permite ser más humanos, saludables y felices, crear y conservar relaciones satisfactorias y ser individuos adecuados, eficaces y responsables.

Cuando una persona se quiere, no hará algo que pueda lastimar, devaluar, humillar o destruir a sí misma ni a los demás, y no responsabilizará a otros de sus actos. Por ejemplo, quienes tienen aprecio por sí mismos no se perjudican utilizando drogas, alcohol o tabaco, ni permiten que los demás los maltraten emocional o físicamente. Los individuos que saben apreciarse no violarían sus relaciones interpersonales recurriendo a la violencia.

Quienes no se aman se convierten en instrumentos de odio y destrucción a manos de seres sin escrúpulos. Cuanto más nos valoramos, menos demandamos de los demás; cuanto menos demandamos de otros, más confianza sentimos; cuanto más confiamos en nosotros mismos y los demás, más podemos amar; cuanto más amemos a los otros, sentiremos menos temor. Cuanto más edifiquemos con los demás, mejor llegaremos a conocerlos y cuanto mejor conozcamos a los otros, mayor será el puente de unión con quienes nos rodean. De este modo, una conducta de autoestima nos ayuda a terminar con el aislamiento y la enajenación entre individuos, grupos y naciones.

Les invito a analizar dos hechos humanos:

- PRIMER HECHO. Todos tenemos huellas digitales y cada grupo de huellas es único, pertenece solo a una persona. *En verdad soy el único que es exactamente igual a mí en todo el mundo. Por lo tanto, tengo la garantía de ser distinto, en algún sentido, de todos los demás.*

5

Comunicación: hablar y escuchar

Veo la comunicación como una enorme sombrilla que cubre y afecta todo lo que sucede entre los seres humanos. Una vez que el individuo llega al planeta, *la comunicación es el factor determinante de las relaciones que establecerá con los demás, y lo que suceda con cada una de ellas en el mundo.* La manera como sobrevivimos, la forma como desarrollamos la intimidad, nuestra productividad, nuestra coherencia, la manera como nos acomodamos con nuestra divinidad, todo depende de nuestras habilidades para la comunicación.

La comunicación tiene muchos aspectos; es el calibrador con el cual dos individuos miden la autoestima del otro. También es la herramienta para cambiar el “nivel de la olla”. La comunicación abarca la diversidad de formas en que la gente transmite información: qué da y qué recibe, cómo la utiliza y cómo le da significado.

Toda comunicación es aprendida; cada bebé llega al mundo con los elementos en bruto: no tiene concepto de sí mismo, experiencia alguna



de interacción con los demás, ni experiencia para enfrentar al mundo. Los bebés aprenden estas cosas a través de la comunicación con las personas que se hacen cargo de ellos desde su nacimiento.

Cuando alcanzamos los cinco años de edad, es posible que hayamos tenido millones de experiencias en compartir la comunicación. A esta edad todos desarrollamos ideas sobre cómo nos percibimos, nuestras expectativas de los demás y lo que consideramos posible o imposible para nosotros en el mundo. A menos que algo muy poderoso cambie estas conclusiones, este aprendizaje temprano se convierte en la base sobre la cual construimos el resto de nuestras vidas.

Una vez entendido que toda comunicación es aprendida, podemos cambiarla si así lo deseamos. Primero, debemos revisar los elementos de la comunicación. En cualquier momento todos los individuos aportan los mismos elementos al proceso de comunicación.

Aportamos nuestros *cuerpos*, que se mueven, tienen forma y figura.

Aportamos nuestros *valores*, los conceptos que representan el estilo personal para sobrevivir y tener una “buena” vida (los *debiera* y *debería* para uno mismo y los demás).

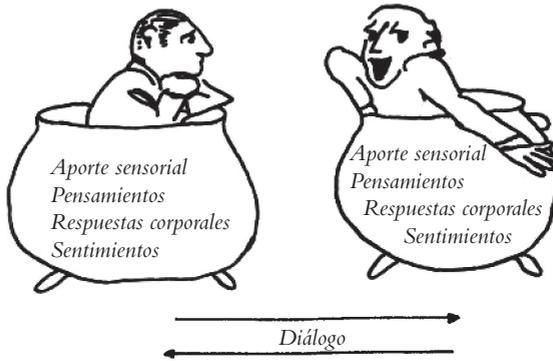
Aportamos nuestras *expectativas* del momento, mismas que brotan de las experiencias pasadas.

Aportamos nuestros órganos de los sentidos, ojos, oídos, nariz, boca y piel, los cuales nos permiten ver, escuchar, oler, gustar, tocar y ser tocados.

Aportamos nuestra *capacidad para hablar*, palabras y voz. Aportamos nuestro *cerebro*, los almacenes del conocimiento, que incluyen lo que hemos aprendido de experiencias pasadas, lo que hemos leído y asimilado mediante el aprendizaje y lo que ha quedado registrado en los dos hemisferios cerebrales. Respondemos a la comunicación como una cámara de película equipada con sonido: el cerebro graba las imágenes y sonidos que se suceden en el momento presente, entre tú y yo.

Es así como funciona la comunicación: te encuentras frente a mí; tus sentidos asimilan mi aspecto, mi sonido, mi olor y, si llegas a tocarme, la sensación que te provocho. Tu cerebro informa entonces lo que esto significa para ti, evocando experiencias del pasado, en particular las vividas con tus padres u otras figuras de autoridad, tu aprendizaje en libros y tu capacidad para utilizar esta información con el fin de explicar el mensaje de tus sentidos. Según el informe de tu cerebro, te sentirás cómodo o incómodo; tu cuerpo se tensará o relajará.

Entre tanto, algo similar sucede en mi interior. Yo también veo, escucho, siento algo, pienso en algo, tengo un pasado al igual que valores y



expectativas. Tú no sabes lo que percibo, lo que siento, cuál fue mi pasado, cuáles son mis valores o lo que hace mi cuerpo. Solo puedes imaginar lo que sucede y tener fantasías, y lo mismo ocurrirá en mí con respecto a ti. A menos que estas ideas y fantasías sean comprobadas, suelen convertirse en “hechos” y entonces provocar problemas y trampas de la comunicación.

Esta es una imagen de la comunicación entre dos individuos. Con el fin de ilustrar el mensaje sensorial, su interpretación cerebral y las emociones consecuentes, así como las sensaciones *acerca de* dichos sentimientos, consideremos lo siguiente: estoy frente a ti, eres un hombre. Pienso: “Tus ojos están muy espaciados, debes ser un gran pensador”, o “Tienes el cabello largo, debes ser *hippie*”. Para dar sentido a lo que veo, recurriendo a mi experiencia y conocimiento, todo aquello que piense evocará ciertas emociones acerca de mí misma y hacia ti, antes de pronunciar una palabra.

Por ejemplo, si me digo que eres *hippie* y yo temo a estos individuos, sentiré miedo en mi interior e ira contra ti; es posible que huya de esta situación atemorizante, o quizá te golpee. También es factible que piense que eres un genio y, como admiro a las personas inteligentes y siento que eres como yo, tal vez inicie una conversación. Por otra parte, si me considerase tonta y tu condición de intelectual me causara vergüenza, agacharía la cabeza y me sentiría humillada. En otras palabras, te asigno características según la interpretación que hago de ti. Es casi imposible que sepas lo que percibo en ti, así que mi respuesta a tu presencia tal vez no tenga sentido para ti.

Entre tanto, tú también me asimilas y tratas de darme sentido. Quizá percibiste mi perfume y has decidido que soy cantante de cabaret, lo cual te resulta ofensivo, así que me vuelves la espalda. Por otra parte, tal vez mi perfume te lleve a la conclusión de que soy una chica estupenda, y buscarás la manera de establecer contacto conmigo. Una vez más, todo esto se lleva a cabo en una fracción de segundo, antes de que se diga nada.

7

Juegos de comunicación

Ya estamos listos para practicar los juegos de la comunicación. Voy a explicarlos con detalle, esperando que se sientan lo bastante desafiados e intrigados para probarlos de verdad. Leer sobre algo es muy distinto de ver y hacer ese algo. Me gustaría brindarles las tres experiencias: leer sobre estos juegos, realizarlos y luego interesar a otro grupo para que los realice mientras ustedes observan. Cada una de estas situaciones añade una nueva dimensión al aprendizaje personal.

Cualquiera puede leer sobre la natación, ver cómo nadan otras personas y desconocer de qué se trata esta actividad, hasta que él o ella se encuentran en el agua.

He presentado estos juegos a muchas personas en todo el mundo, desde niños preescolares (quienes los llaman: “Jugar a la casita”) hasta diversos grupos de adultos: negociantes, clérigos, miembros y empleados de hospitales, así como familias. Jamás he conocido a una persona que no pudiera jugar; conozco a algunas que no quisieron hacerlo, pero me parece que temían intentarlo y disfrazaron el temor diciendo que no podrían hacerlo.

Quizá parezca extraño, pero tan pronto como la gente comienza a participar en estos juegos, conocen el diálogo. Para mí, esto valida el hecho de que mis juegos reflejan las experiencias reales de las familias y la sociedad. No importa el nivel económico, la raza, la edad, el sexo, la nacionalidad o religión, todos conocen el lenguaje y los ademanes de estos ejercicios.

Los invito a zambullirse en estos juegos. Se sorprenderán de lo mucho que pueden aprender de sí mismos, los restantes miembros de la familia y de cómo funcionan en conjunto. Después de jugar, la mayoría de los participantes afirma que los juegos les abrieron nuevas ventanas a un mayor entendimiento. Reconozco que cada vez que participo en ellos, aprendo algo nuevo. Estos juegos han sido muy útiles en mi caso para recuperar la perspectiva cada vez que la pierdo, temporalmente, y es indudable que

representan un medio de crecimiento. Tal vez ustedes tengan una experiencia similar. ¡Adelante!

Además del aprendizaje y el crecimiento, encontrarán divertidos estos juegos.

Para empezar, jueguen tres personas a la vez —una tríada—, mientras los demás observan. Empiezo con una tríada por ser la unidad familiar básica (madre, padre e hijo). Fue así como todos aprendimos nuestros patrones de comunicación. Pueden iniciar con tres miembros de la familia elegidos al azar, pero sugiero que comiencen con el hijo mayor. Por cierto, los niños quizá deban tener por lo menos tres años para participar bien.

La primera tríada podría estar conformada por el marido, la mujer y el hijo mayor. Con el fin de aprovechar mejor sus esfuerzos para entender la comunicación en la familia, sugiero que practiquen el juego con todas las tríadas posibles, una a la vez. Si son una familia de cinco miembros, sus tríadas serán como sigue:

- Marido, esposa y primer hijo.
- Marido, esposa y segundo hijo.
- Marido, esposa y tercer hijo.
- Padre, primero y segundo hijo.
- Padre, segundo y tercer hijo.
- Padre, primero y tercer hijo.
- Madre, primero y segundo hijo.
- Madre, segundo y tercer hijo.
- Madre, primero y tercer hijo.
- Primero, segundo y tercer hijo.

Esto totaliza diez tríadas, mismas que requerirán alrededor de tres o cuatro horas. Tomen todo el tiempo necesario. Si aparece algún material que sea de utilidad, déjenlo surgir; no presionen.

Si disponen de una grabadora de audio o video, úsenla. Después reproduzcan la grabación y estén preparados para algunas sorpresas.

Muy bien. Son tres los que han accedido a participar en el juego. Inviten a los otros miembros a observarlos; harán aportaciones muy útiles más tarde. Siéntense en sillas cercanas; cada uno dará un nombre distinto al suyo, incluyendo el apellido. Anuncien su nuevo nombre con voz alta. Al parecer hay mayor libertad para aprender cuando las personas utilizan nombres diferentes.

Realicen estos juegos, donde cada uno de ustedes elegirá una forma de comunicación distinta (aquí será necesario referirse al capítulo anterior, en el cual analicé las respuestas aplacadora, acusadora, calculadora, distractora y niveladora). Por ejem-

plo, uno de ustedes podría culpar, otro aplacar y el tercero también podría culpar. En la siguiente ronda, pueden elegir papeles distintos. A continuación presento una serie de combinaciones que he observado con frecuencia:

<i>PERSONA 1</i>	<i>PERSONA 2</i>	<i>PERSONA 3</i>
Acusador	Aplacador	Acusador
Aplacador	Acusador	Aplacador
Acusador	Acusador	Aplacador
Calculador	Acusador	Distractor
Acusador	Calculador	Distractor
Calculador	Calculador	Aplacador
Distractor	Calculador	Aplacador
Calculador	Distractor	Acusador
Aplacador	Aplacador	Distractor

Al interpretar estos papeles, es posible que encuentren una combinación que les resulte conocida. En tal caso, manténganse en ella. Averigüen cómo afecta su comunicación. Pidan a los observadores que hagan comentarios.

Una vez decidido quién interpretará cuál variante de la comunicación, manifiesten su decisión en voz alta. Empiecen adoptando la postura física que compagine con la comunicación elegida. ¿Recuerdan las actitudes de comunicación que



11

Familias especiales

En la actualidad, son muchos los niños a quienes educan adultos que no los trajeron al mundo. Me refiero a las familias de padres divorciados, donde uno o ambos progenitores han muerto, a los padres que jamás contrajeron matrimonio, o a los que ya no pueden hacerse cargo de los hijos por cualquier razón. Asimismo, un número cada vez mayor de niños crece bajo la tutela de parejas del mismo sexo, en su mayor parte mujeres. Cuando se crean nuevas familias para estos niños, reciben el nombre de adoptivas o sustitutas. A estas familias reconstituidas, suelo denominarlas familias mixtas. Cuando una familia no es reconstituida, hablamos de una familia de un progenitor.

Si te encuentras en el proceso de crear una familia mixta o de un progenitor, debes saber que dicho núcleo familiar puede ser de primera. Tu familia puede ser un sitio maravilloso para vivir; cuentas con todas las posibilidades y técnicas para lograrlo. Considera que las cosas que debes hacer son desafíos, y luego vuélvete un detective y experimentador entusiasta.

Las familias son más parecidas que distintas; todos los factores que he presentado hasta ahora —la autoestima, la comunicación y los adultos como arquitectos de la familia— se aplican también a las familias mixtas y de un progenitor. Aunque estos grupos familiares tienen aspectos agregados que en ocasiones las hacen diferentes, estas consideraciones son solo variaciones. Todas las formas familiares pueden ser de primera, dependiendo de la congruencia y creatividad de los adultos que se encuentran a cargo de ellas.

La familia de un progenitor plantea desafíos especiales. Estas familias son de tres tipos: un progenitor abandona el hogar y el que continúa en la familia no vuelve a casarse; un soltero adopta legalmente a un niño, o una soltera conserva al hijo. Las familias de un progenitor, sin importar su origen, suelen estar formadas por una madre y sus hijos. Aquí, el desafío es: ¿cómo es posible que una familia así pueda favorecer el desarrollo de los hijos y del adulto? Aquí podemos encontrar los fantasmas y las sombras

del pasado. Para formar familias saludables, es necesario poner en su proporción correcta todos los resentimientos y sufrimientos; esto implica, en parte, analizar la razón de ser de esta familia de un progenitor.

Un grave problema para las familias de un progenitor es que este corre el riesgo de proyectar mensajes negativos sobre el adulto que abandonó al grupo, en especial si su separación fue consecuencia de un divorcio o un abandono, situaciones que lastiman intensamente. La mujer que se queda con los hijos tendrá que esforzarse para transmitir mensajes de la “maldad” del hombre; un niño que reciba esta imagen no podrá creer que la masculinidad es buena. Y si no siente que la masculinidad es buena, ¿cómo podrá sentir que él es bueno?

La mujer también sufrirá las consecuencias de una mala imagen de los hombres, pues más adelante sufrirá en sus relaciones con varones. Por otro lado, para la madre es fácil caer en el error de asignar al hijo mayor el papel del marido, distorsionando así su condición de hijo con la madre y su papel de hermano con los otros hijos.

En un número cada vez mayor de familias, los padres son el único progenitor. Quienes se consideran incapaces de resolver todas las necesidades de sus hijos, tal vez recurran a una ama de llaves que les ayude con la supervisión y las tareas domésticas. Entonces, ¿es posible que el ama de llaves satisfaga las necesidades de intimidad de los niños? Esto depende mucho de la personalidad de esta persona, la actitud del padre y de los propios niños. La situación no es nada fácil; se requiere mucha paciencia y comprensión por parte de todos los elementos afectados.

Por último, debido a que los niños de una familia de un progenitor no mantienen una relación constante de hombre-mujer, crecerán sin un modelo completo de lo que representa dicha relación. Esto también puede aplicarse a las familias de progenitores del mismo sexo.

Sin embargo, estos problemas no son insuperables; es muy factible que una mujer tenga una actitud sana y de aceptación hacia los hombres, y posea la madurez suficiente para no transmitir a los hijos mensajes negativos sobre los varones. Puede estar dispuesta a proporcionar y fortalecer relaciones entre sus hijos y los varones adultos a quienes ella conozca y admire. Entre ellos pueden estar incluidos sus padres; quizá también los maridos de sus amigas; tal vez algunos amigos propios. En lo referente a elegir a un hijo que comparta con ella la dirección de la familia, podrá alcanzar su objetivo si explica la diferencia entre ser capaz de desempeñar ciertas tareas y adoptar un papel de tiempo completo. Por ejemplo, es natural que un joven de 17 años tenga mayor facilidad para instalar una

malla de protección en la ventana, debido a su estatura y habilidad, que un niño de diez años; la instalación de una malla protectora o cualquier otra tarea que la madre solicite, no significa que el hijo comparta con ella el papel de cabeza de familia sobre una base de tiempo completo.

Los hijos varones de una familia de un progenitor deben sortear un importante riesgo: la sobreprotección de la madre o la imagen de que las mujeres dominan en la sociedad, lo que conducirá a la sensación de que los hombres nada valen.

Con mucha frecuencia, los varones que sienten la necesidad de adoptar un papel nutricional para aliviar la impotencia de la madre quedan atrapados en una postura que les impide desarrollar una vida independiente; muchos jóvenes resuelven esta situación permaneciendo con sus madres y evitando responder a sus intereses heterosexuales; o bien se rebelan y abandonan el hogar enemistándose con todas las mujeres. Luego, alternativamente, maltratan e idolatran a las mujeres, y con mucha frecuencia arruinan el resto de sus vidas. La familia de un progenitor está incompleta en lo que respecta a los modelos de convivencia. Los adultos que se percatan de esto pueden hacer algo para completar la imagen en lo posible; esto puede consistir en enviar a los hijos a vivir con una familia de confianza y querida de manera periódica: una especie de acuerdo informal de hogar sustituto.

La hija de una familia de un progenitor también puede adoptar una imagen distorsionada de las relaciones hombre-mujer. Sus ideas de la condición femenina pueden ir del servilismo —darlo todo sin recibir algo a cambio— hasta creer que puede hacerlo todo sin ayuda y ser totalmente independiente.

Analicemos ahora a la familia mixta. Se ha dicho y escrito mucho sobre la preparación de las parejas antes de casarse. En realidad, eso es lo que he hecho en el presente libro. Empero, tal vez, esta preparación es más importante en el caso de quienes han estado casados antes y se disponen a intentarlo de nuevo, esta vez, con hijos. Todas las familias mixtas enfrentan importantes impedimentos al principio. Si logran entender estas dificultades, podrán sobreponerse a ellas y utilizarlas de forma productiva.

Las familias mixtas tienen ciertos aspectos comunes; reúnen algunos elementos de familias ya existentes. Pueden presentarse en tres formas:

1. Una mujer con hijos que se casa con un hombre sin hijos.
2. Un hombre con hijos que se casa con una mujer sin hijos.
3. Un hombre y una mujer que tienen hijos de una relación previa.

En el primer caso, la familia mixta consiste de la mujer, los hijos de la mujer, el marido, y el ex esposo de la mujer. En el segundo caso, la unidad es el marido, los hijos del marido, la mujer y la ex esposa del marido. En el tercer caso, la familia consta de la mujer, los hijos de la mujer, el ex esposo de la mujer, el marido, los hijos del marido y la ex esposa del marido.

Aunque estas personas pueden o no convivir bajo el mismo techo (lo más probable es que no suceda así), todos forman parte de la vida de los demás, para bien o para mal. Es necesario dar cabida a todos los elementos. Cada uno de los miembros es importante para el crecimiento y el éxito de la familia mixta; aunque muchos de estos grupos familiares tratan de vivir como si los miembros restantes no existieran.

Todos estos individuos tienen autoridad de alguna forma, y los problemas suelen suscitarse cuando no buscan el tiempo necesario para hablar abiertamente entre sí, cuando están en desacuerdo o, en algunos casos, cuando son enemigos jurados.

Imagina a un niño cuya madre y padrastro viven en casa, y su padre y madrastra viven en otro sitio; estos cuatro adultos comparten la responsabilidad del pequeño. ¿Puedes imaginar lo que sentiría un niño en estas condiciones, viviendo en un ambiente en el que cada adulto le pide algo distinto, en particular si los adultos no se dan cuenta de ello? ¿O en el caso de que los progenitores no se encuentren en buenos términos entre sí?

¿Qué debe hacer un niño con dos indicaciones contrarias? (A veces puede recibir tantas órdenes como adultos haya en el grupo.) Por el bien del niño, es necesario hacer dos cosas. Primero, todos los interesados deben estimularlo a manifestar qué indicaciones opuestas recibió. Segundo, los adultos tienen que reunirse periódicamente con él o los hijos para descubrir qué hace cada uno de los adultos y si están o no en concordancia. Es muy posible que si los adultos expresan de manera abierta lo que hacen, el niño pueda, por lo menos, elegir y no tenga que guardar los secretos de los adultos: problema que suele presentarse entre padres divorciados enemistados que utilizan a los hijos como espías.



Recuerdo a una joven de 16 años que, de pronto, actuaba como enloquecida y luego, repentinamente, se deprimía. Descubrí que vivía con su madre y padrastro; pasaba un fin de semana con el padre y su prometida, el siguiente con la madre y el nuevo marido, y el tercer fin de semana con los abuelos maternos. Los adultos de cada casa le pedían que hablara de lo que sucedía en las demás y luego le hacían prometer que no diría lo que ocurría “allí”. Lo más triste de la situación fue que todos estos adultos querían a la joven y deseaban ayudarla, pero sin darse cuenta, la hacían soportar el peso de sus celos, rivalidades y resentimientos.

Lo mismo puede acontecer en una familia natural, con un marido y mujer, si estos no son francos entre sí; es posible que sin querer pidan a un hijo que resuelva lo que ellos no pueden solucionar por sí mismos. Por supuesto, el hijo no podrá con ello, así que responderá con enfermedades recurrentes, conductas conflictivas, enloquecidas, torpes o todo a la vez.

Huelga decir que durante la sesión en que reuní a los adultos implicados con la joven de 16 años, pasamos algunas tormentosas horas hasta que toda la verdad salió a relucir. Logramos grandes progresos para que la chica ya no actuara como enloquecida o deprimida. Esto no ocurrió en un día, pues la joven tuvo que aprender, poco a poco, a confiar de nuevo en los adultos.

Un hijo resulta beneficiado cuando los adultos que lo rodean se muestran abiertos entre sí y se hacen responsables de lo que sienten y piensan. No es necesario amar a una persona para ser abierto con ella. Los ex cónyuges no siempre conservan el afecto que antes se tenían, pero pueden ser abiertos y evitar la discusión de sus diferencias en presencia de los hijos. Tal vez este sea el problema más importante que enfrenta la familia mixta: liberar a los hijos de las cargas de los adultos.

El hecho de que una familia sea mixta no implica o condiciona el mal desarrollo de una buena vida familiar. He visto casos de familias mixtas de diversas clases que fueron establecidas con éxito; para ello fue necesario que tuvieran conciencia de los múltiples impedimentos potenciales y que los resolvieran de una manera amorosa, realista y congruente. Una vez más, el proceso que se lleva a cabo entre los individuos determina lo que sucede dentro de la familia.

Analicemos en detalle algunos problemas. En el caso de una persona divorciada que decide volverse a casar, la experiencia del divorcio pudo ser muy dolorosa. Un divorcio implica desencanto, y también muchas posibilidades de desarrollar la desconfianza. De cierta manera, el segundo cónyuge tiene una carga más pesada que el primero y, a menudo, recibe