



...: PSIC. MARISELA
SERRANO

Lic. En psicología,
Maestra en terapia familiar
Coordinadora de proyectos
de empresa.

Familia: Ciclo Vital



INTRODUCCION:

Es muy frecuente que cualquiera de nosotros, empresarios, asesores, funcionarios, etc, hombres y mujeres en distintas etapas de nuestra vida, nos veamos atraídos hacia la vorágine del mundo moderno, luchando en todo momento para que el tiempo, escaso recurso, nos alcance y si no nos alcanza, vamos tomando y reduciendo los espacios que originalmente habíamos considerado para la familia, la pareja, los hijos, para “completar” las labores destinadas a la producción de satisfactores. En otras palabras, resulta muy generalizado el tema de que descuidamos a nuestra familia para poder lograr nuestro objetivo económico.

Pero esto tiene sus consecuencias y resulta conveniente explorarlas en base del conocimiento del ciclo vital de la familia, lo que nos presentará en perspectiva tanto el conocimiento de sus partes íntimas, como el posible camino hacia evaluar las medidas preventivas.

CICLO VITAL

Todo en esta vida y en este mundo tiene su propio proceso natural de evolución, desde que inicia, desde el momento mismo de la concepción: una planta, un animal, una persona, una organización, un proyecto; como se puede resumir en la tan conocida frase, en relación a la misión de cada ser humano: “nacer, crecer, reproducirse y morir”.

Una de las organizaciones humanas

más importantes en nuestra sociedad por la gran trascendencia de su labor, es la familia, en cuyo seno cada persona nace y se desarrolla y en la que además de aportarle techo y abrigo, las características particulares como son su constitución (familia formada por uno ó ambos padres, uno o varios hermanos, abuelos y/o otros parientes que comparten el mismo techo), sus creencias y valores, el entorno y medio ambiente en el que viven, la actividad económica a la que se dedican, el nivel educativo y social, la religión que profesan, etc; le imprimen a cada persona una especie de “perfil” único.

Por definición, la función principal que la familia debe cumplir es la de nutrir a sus miembros y me refiero tanto a nutrición física como principalmente, nutrición emocional, con el fin de que cada individuo pueda ser capaz de sentirse amado y fortalecido por los lazos que le unen a ella, convertirse en un ser autosuficiente y “de bien”.

Esta labor no es sencilla, se trata de una empresa a la que hay que invertirle tiempo, esfuerzo, dedicación, en una palabra, amor; que es de donde se origina. Y cuyos frutos no se equiparan con alguna otra.

Para que la nutrición que menciono arriba pueda ser desempeñada de la mejor manera, a continuación describiré brevemente las principales etapas por las que la generalidad de las familias atraviesan, así como las tareas que se deberán desempeñar para que este proceso sea para todos sus integrantes, saludable y enriquecedor.

DEFINICION DE ETAPAS Y TAREAS A RESOLVER

1. Constitución de la pareja



Con la formación de la pareja que ha decidido crear su propia familia, queda constituido un nuevo sistema, el cual tendrá características propias; cada uno de los miembros de la pareja aporta sus creencias, hábitos y expectativas que habrán traído de sus familias de origen.

Esta etapa se caracteriza por un cambio en la jerarquización, ya que el rol principal de la nueva familia reside en el ser pareja y en el establecimiento de nuevas pautas de interacción con respecto a temas como negociaciones para la toma de acuerdos, la intimidad, la economía y las interacciones familiares-sociales, para que de esta manera se constituya la estructura conyugal.

En esta etapa, la pareja pone en evidencia la realidad de las expectativas y los acuerdos hechos durante el noviazgo y es normal que pase por una etapa inicial donde ambos se hacen impermeables a los asuntos externos (amigos, familia, trabajo), es una etapa que permite consolidar la unión en lo emocional, social y sexual. Este aislamiento inicial irá variando con el tiempo y la evolución de la pareja.

TAREAS

- Integración de los individuos como pareja.
- Redefinir nuevos acuerdos relacionados con la vida doméstica, las actividades sociales, el manejo de la economía, la sexualidad, etc.
- Asumir el nuevo rol de “esposa” y de “esposo”.
- Establecimiento de un compromiso permanente, el cual se profundiza con el paso del tiempo.

2.- Nacimiento y crianza

La relación entre dos, que venía planteada en el noviazgo y la unión de la pareja (sistema conyugal) se convierte, al nacer el primer hijo, en una relación triangular que permite a la pareja asumir la parentalidad (padre y madre respectivamente).

Aparecen nuevos roles y funciones: la de madre y la de padre (función materna y función paterna); y con ellos los de la familia extensa: abuelos, tíos, primos, etc. Las funciones de los padres se diferencian para poder brindarle al niño la atención y cuidados que necesita.

La incorporación de un hijo en la familia provoca inevitablemente mucha tensión en la pareja.

TAREAS

- Reestructuración de los roles familiares y conyugales.
- “Recuperarse” como pareja.
- Crear un espacio al nuevo miembro de la familia, fomentando un ambiente apto para él y también para los padres y los hijos que ya constituían el grupo familiar.

3.- Hijos en edad escolar

La entrada a la escuela es la primera salida que tiene el hijo en la que comparte nuevas experiencias de socialización y encuentra en sus compañeros “otras versiones” de la interacción humana; pero es también la primera aproximación que hace la familia a la institución escolar que en adelante demandará acuerdos y apoyo mutuo en el proyecto de socialización y aprendizaje.

En cierta medida es la puesta a prueba de todo lo que la familia inculcó en los primeros años al niño (límites, relación con la autoridad y pares, si es correcto preguntar o no, etc.).

Por otro lado, los padres tendrán por primera vez una imagen externa de su hijo, la imagen que le transmitirán los maestros.

TAREAS

- Reestructurar nuevamente la relación de pareja por un lado, y de la vida familiar, por el otro.
- Darle a los hijos las herramientas sociales necesarias para la buena convivencia escolar, como el respeto, la asertividad, la autoestima y la colaboración.

4.- Familia con hijos en la Adolescencia

La adolescencia es una etapa de grandes crisis para la mayoría de los individuos y las familias. Se producen grandes cambios en todos los integrantes del núcleo familiar y en la relación de éstos con el exterior.

El adolescente sufre una gran crisis de identidad. Su cuerpo sufre cambios importantes y comienza a ampliar su contacto con el mundo externo y el espacio geográfico en el que se mueve, lugares donde los padres no son invitados a participar.

En esta etapa, por lo general, los padres a su vez están pasando por la crisis de la edad media: momento en el cual aparece la incertidumbre de ya no ser joven, hay una evaluación de todo lo realizado hasta el momento en todos los planos



y enfrenta a los padres nuevamente como pareja.

TAREAS

- Presencia de límites firmes (con posibilidad de renegociarlos de acuerdo al crecimiento).
- Brindar espacio para que experimenten y se equivoquen, teniendo la oportunidad de recurrir a sus padres si los necesitara.
- Reencuentro con la pareja.

5.- Casamiento y salida de los hijos

Esta nueva etapa está marcada por la capacidad de la pareja para desprenderse de sus hijos y de incorporar a nuevas personas, como son el cónyuge y la familia política. Los hijos entrarán en una nueva etapa donde deberán formar su propia familia, con las características que vimos al inicio, para poder continuar el ciclo vital.

Las características de esta etapa es que los hijos ejercen su vida de una manera más independiente, ya que actúan como adultos; los miembros de la pareja pasan de ser padres a abuelos, con lo que se asume un nuevo rol; se genera la crisis del nido vacío, en la que los padres generalmente sienten una ausencia emocional y existencial por el desprendimiento de los hijos; hay una reestructuración familiar y de pareja; se vive una etapa de duelo ante el desprendimiento y la adaptación al cambio.

TAREAS

- Adaptarse a los cambios de manera funcional y dar apoyo a los hijos.
- Nueva oportunidad para el reencuentro de la pareja de padres cuando ya no estén los hijos, lo que estará conectado con la historia que haya vivido la pareja y la interacción que sostuvieron como cónyuges a pesar de las demandas de la crianza.

6.- Ancianidad

La pareja sufrirá cambios a nivel corporal (mayor fragilidad, enfermedades crónicas, etc.) y/o emocional (pensamientos con respecto a la muerte, pérdida de seres queridos, etc.). Todo esto requiere de un tiempo de procesamiento.

En esta etapa del ciclo vital suele haber un revés en cuanto a quién proporciona los cuidados físicos, emocionales e incluso económicos de los



padres. Las características de estos nuevos vínculos dependerán de cómo se establecieron las relaciones a lo largo de la historia familiar.

Por otro lado, son los abuelos los encargados de transmitir la historia, ritos y costumbres a las nuevas generaciones, ayudando así a establecer su identidad individual y familiar. Esto los pone a ellos en un lugar privilegiado, se pasa de criar hijos a ser cuidado por ellos; se dan el retiro, la jubilación o la pérdida del trabajo, la pérdida del cónyuge y la recapitulación de la vida.



TAREAS

- La familia se reduce generalmente a la pareja, en pleno retiro laboral. La tarea fundamental es adaptarse al vacío que han dejado los hijos una vez que abandonan el hogar.
- Nueva oportunidad para desarrollar proyectos personales que se habían pospuesto por la crianza, si la salud lo permite.
- Adaptación a la involución y el darle un sentido a la vida.

Este proceso es vivido por cada familia de manera singular y las etapas que aquí se describen, pueden traslaparse y durar algunas más que otras; lo importante es considerar sus características y cómo cada persona en lo individual las enfrenta.

AJUSTES:

Por razones naturales de la condición humana, o debido precisamente a los desequilibrios que se producen por la insatisfacción del sistema producto del descuido voluntario o involuntario de los líderes de la familia, es común que todas estas partes cíclicas de la vida de la familia, puedan en el camino ser objeto de distintos ajustes y variaciones. Y es así porque el sistema familiar

es un sistema abierto y vivo que recibe o ofrece influencias a su entorno.

Estos ajustes se pueden presentar como producto de quiebres que a su vez son la derivación de las crisis y es así que un divorcio, una muerte, una enfermedad, una infidelidad, etc. Vienen a trastocar el tránsito de la tendencia natural de un ciclo vital familiar.

No existe mejor medida preventiva para disminuir el efecto negativo de estos ajustes, que el conocimiento pleno del funcionamiento del sistema, ya que esto deriva en la opción de hacerse responsable de los efectos que causan las decisiones que se toman en conocimiento de estas circunstancias.

El desarrollo de la conciencia personal, implica precisamente el prever los efectos que producen esta toma de decisiones que en términos generales y como mencionamos en un principio, implican el abandono del cuidado del rol de familia. Recordemos que la homeostasis o equilibrio, es la base y fundamento de un desarrollo apropiado de todos los círculos en donde ordinariamente nos movemos.