



UNIVERSIDAD BÍBLICA
LATINOAMERICANA
PENSAR • CREAR • ACTUAR

BACHILLERATO EN CIENCIAS TEOLÓGICAS
BACHILLERATO EN CIENCIAS BÍBLICAS

LECTURA SESIÓN 10

CTX 103 INTRODUCCIÓN A LA PSICOLOGÍA

Dunker L., José. “La familia saludable”. En *Los vínculos familiares: una psicopatología de las relaciones familiares*, 41-44. Santo Domingo, República Dominicana: Editorial El Búho, 2003.

Reproducido con fines educativos únicamente, según el Decreto 37417-JP del 2008 con fecha del 1 de noviembre del 2012 y publicado en La Gaceta el 4 de febrero del 2013, en el que se agrega el Art 35-Bis a la Ley de Derechos de Autor y Derechos Conexos, No. 6683.

5. LA FAMILIA SALUDABLE

- 5.1 La cuestión tan importante como es definir la familia saludable, se nos facilita a partir de la dinámica de los vínculos.
A partir de aquí podemos decir que *familia saludable es aquella en la que estos tres vínculos están intactos*.
Se precisa, de todas formas, definir los criterios que sugieren *normalidad* en una familia dada. Con este propósito sugerimos a continuación tres proposiciones básicas.
- 5.2 La primera proposición es la siguiente:

**EN UNA FAMILIA SALUDABLE EL
PADRE Y LA MADRE TIENEN UNA
RELACIÓN MÁS CERCANA QUE
CON CUALQUIER OTRO MIEMBRO**

Esta cercanía tiene que cultivarse a través de acciones específicas. Nosotros hemos obser-

vado tres hábitos frecuentes de las familias saludables:

- a) tienen un *espacio exclusivo* dentro de la casa;
- b) tienen con frecuencia *salidas en pareja*, y,
- c) toman ocasionalmente *vacaciones en pareja*.

Para mantener estos hábitos la pareja tiene que tener • una comunicación franca, espontánea y libre de intromisiones. • Una sexualidad sana y divertida, ? repartición armoniosa de roles, • comunidad de bienes y • colaboración en la crianza de los hijos. Los • valores espirituales constituyen un soporte adicional para la solidez matrimonial.

5.3 La segunda proposición es:

<p>EN UNA FAMILIA SALUDABLE EL PADRE Y LA MADRE COMPARTEN TIEMPO DE CALIDAD CON CADA HIJO E HIJA</p>

Generalmente los padres caen en la trampa de privilegiar la relación con un hijo en particular, lo cual es la base de verdaderos *traumas*, no solo en el hijo que se consiente, sino con el otro que se resiente. Lo peor es que esta preferencia afecta el funcionamiento de toda la familia, especialmente la relación de pareja.

De lo anterior se explica dos hábitos muy importantes que nosotros hemos observado en familias saludables:

- a) Tiempo de calidad con cada hijo e hija en particular, y
- b) Un estilo de crianza basado en el empoderamiento progresivo de hijos e hijas.

La moraleja es que si uno tiene tres hijos y durante el día solo puede dar tres besitos, hay que dar a cada hijo un besito. Con mucha frecuencia hay un hijo que se lleva dos besitos, y otro que se queda sin besitos y que además recibe todas las pelás.

- 5.4 La tercera proposición que define una familia saludable es:

**EN UNA FAMILIA SALUDABLE
HERMANOS Y HERMANAS SE DAN
APOYO Y NEGOCIAN SUS DIFEREN-
CIAS SIN LA INTERVENCIÓN DE
PAPÁ Y MAMÁ**

Es importante decir que la intervención de los padres es la raíz misma de las rivalidades entre hermanos. Obviamente los padres intervienen para proteger a su hijo preferido, generalmente el más pequeño o el más enfermizo.

Los hábitos característicos entre hermanos de familias saludables son:

- a) capacidad para negociar sin intervención de terceros, y
- b) capacidad para colaborar y divertirse juntos.

La experiencia confirma que si los padres no intervienen, los hijos se acercan más y terminan negociando sus diferencias.

- 5.5 Un ejemplo muy significativo sobre la realidad de estos vínculos es la 'prescripción invariante' de la Escuela de Milán. Ellos aprendieron a hacer prescripciones a la familia después de un exhaustivo estudio de sus relaciones. Al final

descubrieron que había una prescripción que podían aplicar a todas las familias con los mismos resultados positivos.

La estrategia terapéutica sigue el siguiente orden.

- En la primera sesión se convocan todas las personas que conviven en el hogar, pero, al final, se pide que solo asistan a la siguiente sesión: el padre, la madre y los hijos.
- En la segunda sesión se profundiza en el problema y al final, se pide que solo vengan a la siguiente sesión el padre y la madre.
- En la tercera sesión se imparte la 'prescripción'. Se trata de *desapariciones* nocturnas de la pareja, sin que sus hijos sepan a donde van, sin comunicarse con ellos durante la salida, y guardando en secreto todos los detalles.
- Los autores dicen haber aplicado la técnica exitosamente a casos que van desde la enuresis nocturna hasta la Esquizofrenia. ¡Con las simples desapariciones de los padres, mejoran los síntomas de sus hijos!

Las razones que ellos dan para explicar su efectividad son: (1) "la preeminencia asignada a la pareja matrimonial". (2) el establecimiento de fronteras entre padres e hijos; (3) la confidencialidad que se establece en la pareja por guardar el secreto, y (4) la definición de la pareja alternativamente como padres o como esposos.

Estos resultados implícitamente confirman la dinámica de los vínculos y la prioridad que tiene la relación parental.