

Contexto familiar

Guía de clase

A - FAMILIA

1. El programa de Dios en la creación de la familia

La familia es una estructura creada por Dios y solo él puede enseñarle al ser humano a vivir en ella, cuando se consideran y respetan los principios que la regulan. Cuando pasa lo contrario se experimentan las consecuencias que produce la rivalidad entre sus miembros.

La estructura familiar está en crisis porque los individuos que la componen lo están.

«A cualquiera que me oye estas palabras, y las pone en práctica, lo compararé a un hombre prudente, que edificó su casa sobre la roca. Cayó la lluvia, vinieron los ríos, y soplaron los vientos, y azotaron aquella casa, pero ésta no se vino abajo, porque estaba fundada sobre la roca. Por otro lado, a cualquiera que me oye estas palabras y no las pone en práctica, lo compararé a un hombre insensato, que edificó su casa sobre la arena. Cayó la lluvia, vinieron los ríos, y soplaron los vientos, y azotaron aquella casa, y ésta se vino abajo, y su ruina fue estrepitosa». Mt. 7:24-27, RVC

Un gran porcentaje de familias se encuentran en diferentes niveles de una crisis de desintegración, que abarca los aspectos espirituales, morales, emocionales, educacionales y sociales. El resultado es que no solo la estructura familiar, sino la iglesia y la sociedad, sufren el impacto de la misma.

2. Considerando algunos problemas de la familia actual

a. Problemas presentes en una familia disfuncional

Se presentan diversos grados de síntomas y conductas conflictivas relacionados a los siguientes problemas:

- Rivalidad establecida como sistema de vida, ya sea en la relación de pareja como en la paternidad.
- Individualismo y egocentrismo de sus miembros. Falta de respeto entre unos y otros.
- No se conocen como son, no hay cercanía afectiva, emocional, aceptación.
- No están dispuestos a satisfacer las necesidades de los demás integrantes, no hay un amor maduro e interés entre sus miembros.
- Hay falta de orden, no hay reglas claras de relación, desacuerdos y conflictos permanentes en el ejercicio de roles y responsabilidades.
- No se les habilita a los miembros a crecer, madurar y desarrollarse para poder convertirse en personas con una identidad propia.
- Diversas expresiones de maltrato, verbal, emocional, física y sexual.
- Familia centrada exclusivamente en los hijos.
- Paternidad conflictiva e irresponsable, que forma hijos pobremente equipados para enfrentar en el futuro su propia vida familiar.
- Problemas económicos y laborales. Problemas con la familia ampliada.

«Esta decisión la tomé porque nuestra ciudad estaba muy extendida pero poco habitada, pues muchas casas todavía no se habían reconstruido». Nehemías 7:4, RVC

La realidad actual de las familias está resumida en la idea de la falta de hogares reedificados.

b. Raíces de los problemas

Un gran porcentaje de familias se encuentran en diferentes niveles de una crisis de desintegración, que abarca los aspectos espirituales, emocionales, educacionales, sociales, de valores.

Las causas de los problemas no son simples, pero podemos pensar en algunos elementos presentes en las familias disfuncionales:

- Tres fuerzas con las que convivimos: la naturaleza humana, las fuerzas espirituales de maldad y el sistema del mundo.
- Formación en los primeros años de vida: tipos de apego y modelo familiar.
- Evolución posterior de la personalidad.
- Individuos problemáticos.
- Hábitos de vida.
- Movimiento anti-familia: agenda globalista, leyes, etc.

c. Atendiendo las expresiones de maltrato

- Definiciones :

Maltrato infantil OMS

los abusos y la desatención de que son objeto los menores de 18 años, [incluidos] todos los tipos de maltrato físico o psicológico, abuso sexual, desatención, negligencia y explotación comercial o de otro tipo, que causen o puedan causar un daño a la salud, desarrollo o dignidad del niño, o poner en peligro su supervivencia, en el contexto de una relación de responsabilidad, confianza o poder.

La utilización, la persuasión, la inducción, la seducción o la coerción de un niño o niña para realizar [o participar de] —incluida la ayuda a otra persona para el mismo fin— cualquier tipo de conducta sexual explícita, o la simulación de dicha conducta con el fin de producir una representación visual de esta, o la violación, el tocamiento, la prostitución o cualquier otra forma de explotación sexual de un niño o niña, o el incesto.

Félix López Sánchez (1999) catedrático de Psicología en la Universidad de Salamanca, quien fuese el autor de la investigación más amplia realizada en España sobre la frecuencia de los abusos sexuales a menores, plantea:

«(...) pues bien, debe ser calificado de abusiva cualquier conducta sexual en la que exista coerción o una gran diferencia de edad (o bien de ambas cosas a la vez) entre un menor y cualquier otra persona. De hecho la coerción (o lo que es lo mismo, el empleo de fuerza física, presión psicológica o engaño) sobre el menor debe ser considerada, por sí misma, suficiente para que una conducta constituya abuso sexual, independientemente de la edad del agresor».

- Dos elementos: la coerción y la diferencia de poder.

Finkelhor (2005) resalta como una principal característica del abuso sexual infantil que ocurre en dentro de la familia, y aunque lo perpetre un ajeno a la misma, siguen estando involucrados los familiares de una forma u otra.

- Consecuencias

Esto tiene un profundo efecto traumático en la psiquis del niño y adolescente. Que es el trauma: Acontecimiento de la vida del

sujeto caracterizado por su intensidad, la incapacidad del sujeto de responder a él adecuadamente y el trastorno y los efectos patógenos duraderos que provoca en la organización psíquica.

- Síndrome de estrés post traumático.
- Ansiedad y/o pánico.
- Adicciones.
- Conductas promiscuas.
- Depresión y/o suicidio.

.....

B – SUPERANDO LAS PÉRDIDAS

1. El duelo

“El espíritu humano puede soportar un cuerpo enfermo, pero ¿quién podrá sobrellevar un espíritu destrozado?” Pr 18.14 (NTV)

“Con ánimo se alivia al enfermo, pero no a quien está deprimido.” Pr 18.14 (TLA)

a. Definición de la Real Academia Española (RAE)

1. m. Dolor, lástima, aflicción o sentimiento.
2. m. Demostraciones que se hacen para manifestar el sentimiento que se tiene por la muerte de alguien.

b. Otras definiciones

- El duelo, según de la Fuente (2002, citado en Cruz, 1989) es un proceso emocional y conductual definido, sujeto a variaciones individuales que dependen del carácter del sujeto con el “objeto” perdido, del significado que tiene para él esa pérdida y del repertorio de recursos de que dispone para contender con ella.

- Aquí define Freud al duelo así: "es la reacción frente a la pérdida de una persona amada, o de una abstracción que haga sus veces, como la patria, la libertad, un ideal, etc." No se considera un estado patológico, se lo supera pasado cierto tiempo "y juzgamos inoportuno y aún dañino perturbarlo".
- Pérdida debido a la muerte de alguien a quien uno se siente cercano. El proceso de ajustarse a la pérdida.
Def. Extraída de: Papalia, Diane (2005) Desarrollo humano. Editorial Mc. Graw Hill. México

c. Toda pérdida requiere de un duelo

Toda pérdida requiere un duelo, que varía en cada individuo, referido a sus recursos emocionales, espirituales y a su relación con el objeto que se perdió. Por tanto, el duelo es un proceso.

0. **Áreas afectadas por la pérdida**

Veremos las áreas que involucra esta vivencia, aunque es normal que no todos experimentemos reacciones en todas las áreas.

a. Alteraciones en los sentimientos

Tristeza, rabia (que incluye hacia sí mismo), ideas de suicidio, irritabilidad, culpa y autorreproches, ansiedad, sentimiento de soledad, cansancio, indefensión, shock.

b. Alteraciones en lo físico

Sensaciones físicas, molestias gástricas, dificultades para tragar, opresión precordial, hipersensibilidad a ruidos, sensación de falta de aire, trastornos en el sueño.

c. Alteraciones en las cogniciones

Incredulidad, confusión, dificultades en la memoria etc.

Cognición: capacidad del ser humano para conocer por medio de la percepción y la función cerebral.

Percepción: primer conocimiento de algo, a través de los sentidos

d. Alteraciones en las percepciones

Ilusiones, alucinaciones auditivas y visuales, generalmente transitorias.

e. Alteraciones en las conductas

Hiperfagia o anorexia. Alteraciones en el sueño, distracciones, aislamientos, etc.

3. **Etapas del duelo**

El duelo es un proceso dinámico y las etapas se pueden dar en diferente orden, o algunas no darse. Se pueden avanzar y retroceder dentro de las mismas.

- Crisis
- Negación
- Enojo
- Depresión
- Aceptación
- Aprendizaje o construcción sobre lo sucedido.

Está resuelto cuando se comienza a construir algo nuevo sobre la pérdida. Superar el duelo: no tener que lidiar más con ese dolor.

4. **Herramientas.**

- a. Aceptación, conectarnos con la emoción, poder compartirla.
- b. Ser creativos. Buscar nuevas formas. Vivir con Esperanza
- c. Mantenernos conectados.
- d. Mantenernos en movimiento.
- e. Generar nuevos rituales.
- f. Enfocarnos en lo que podemos controlar, un paso a la vez.

5. Ejemplo Bíblico

2 de Samuel 21

Rizpá, construyó sobre su pérdida, y permitió que la bendición de Dios, se liberara sobre Israel.

.....

C - ENFRENTANDO ADVERSIDADES

1. La resiliencia

a. Definición de la Real Academia Española

1. f. Capacidad de adaptación de un ser vivo frente a un agente perturbador o un estado o situación adversos.

2. f. Capacidad de un material, mecanismo o sistema para recuperar su estado inicial cuando ha cesado la perturbación a la que había estado sometido.

b. Otras definiciones

“Capacidad del ser humano para hacer frente a las adversidades de la vida, superarlas y ser transformado positivamente por ellas.”

Def. Extraída del Simposio de matrimonio y familia. Agosto 2020

“El arte de navegar en los torrentes y la capacidad de ser feliz, incluso cuando tenemos heridas en el alma.” Boris Cyrulnik

“Manifestación de una capacidad positiva de adaptación, a pesar de significativas adversidades de la vida.” Luther 2003

“La resiliencia, es la habilidad emocional, cognitiva y sociocultural para reconocer, enfrentar y transformar constructivamente situaciones que causan daño o sufrimiento, o amenazan el desarrollo personal.” Dra Maria I. Martínez Torres – Universidad Autónoma de México.

2. Desarrollando la resiliencia

a. Puntos medulares para el desarrollo de la resiliencia.

Las pérdidas y el duelo son situaciones y procesos inevitables, universales e individuales, pero podemos enfrentarlas, desarrollando la resiliencia.

- Redes de apoyo social y sentirse aceptado.
- Sentido de la vida, valores espirituales o fe religiosa.
- Sentimiento de cierto control sobre la propia vida.
- Autoestima, importante factor protector desarrollado en la primera infancia.
- Alegría y capacidad de disfrute, pensamiento positivo.
- Capacidad de proteger la propia integridad incluso bajo presión.
- Capacidad para construir un curso vital positivo.
- Contar con una persona que le brinde un apoyo incondicional y positivo.

b. Mitos del dolor

- El tiempo lo cura todo
- Pedir ayuda es de débiles
- Llorar no ayuda
- Debemos estar siempre fuertes

3. Fomentando la resiliencia en los niños

- a. Expresarles amor incondicional
- a. Fortalecer su espiritualidad
- b. Ayudarles a desarrollar virtudes en la vida cotidiana
- c. Enseñarles que con los errores aprendo algo
- d. Pasar tiempo a solas con ellos, y la pareja tiempo con los hijos.
- e. Permitirles que se aburran
- f. Darles responsabilidad de acuerdo a su edad
- g. Enseñarles acerca del uso del dinero
- h. Aproximarlos a los más necesitados, ancianos y a los que menos tienen.
- i. Vivir con sencillez
- j. Normalizar el hecho de la ayuda de un profesional
- k. Procurar la convivencia familiar: tradiciones familiares, excursiones, reuniones.

4. Ejemplo bíblico

a. Historia de desarraigo, adopción y paternidad.

Esther 2:7-11. Una bella flor, con el brillo de una estrella.

Esther 4: 12-14. La paternidad llama a los hijos a su destino.

b. Una herencia espiritual.

Esther 4:16