

ORIENTACIÓN E EDUCACIÓN

Para vivir en parella e facer familia

Miguel Ángel López Folgueira

Psicólogo. Centro de Orientación

Familiar de Monforte de Lemos

1. INTRODUCCIÓN

Vivimos nun mundo de grandes cambios onde os sistemas de valores, crenzas, roles en xeral e roles sexuais en particular están en crise. Tamén a familia ou, mellor, un tipo determinado de familia, a patriarcal, está en crise. Pero ¿xurdiu a forma de familia que colme as esixencias das presentes xeracións?. Posiblemente non, e o que mellor sabemos é o que non queremos, pero sen ter atopado aquilo que cremos que nos faría máis felices. Quizais exista tamén crise de afectividade. Sobrevalorámo-las individualidades, o ego narcicista, e así cústanos moito ter que compartila nosa intimidade. As frustracións soportámo-las mal, porque afeitos a seguros a todo o risco non queremos acepta-los perigos inherentes á propia existencia. Temos tempo para todo menos para dedicalo a pararnos sobre nós mesmos. Andamos sempre con présa e quizais pasamos pola vida máis coma espectadores ca coma auténticos actores. Pero claro, polo só feito de vivir estamos obrigados a ser

actores. O que ocorre é que quizais dediquemos máis tempo ós papeis secundarios en detrimento do grande papel a que estamos chamados: ser "un mesmo". Pero para ser "un mesmo" é imprescindible abrirse ó ti, dar cabida ó ti na nosa vida, porque só a través del me descubrirei a min mesmo. E esta tarefa realízase fundamentalmente na familia e, a continuación, no colexio, que normalmente é o sitio onde se fan as primeiras amizades.

A familia é o lugar por excelencia onde se leva a cabo o encontro do eu co ti: do recién nado cos pais, dos esposos entre si..., que configuran a forma dos demais encontros extrafamiliares. Na familia apréndese a comunicarse ou a non comunicarse, a amar ou a odiar... En definitiva, a vivir ou a malvivir. Pero ademais de en familia, o lugar onde o neno ou o adolescente pasan máis tempo é no colexio, onde poden ver confirmada ou desconfirmada, a través dos compañeiros e mesmo dos mestres, a súa propia forma de vida familiar. E o estilo e calidade da vida

familiar vai condicionar para ben ou para mal o desenvolvemento escolar. Por iso me gustaría tender unha ponte de unión entre o ensino, os profesores, e a orientación familiar, os orientadores familiares.

A inmensa maioría dos escolares proceden dunha familia, polo que entenda a dinámica interna desta, vai facilitar comprender mellor os problemas escolares dos alumnos. Xeralmente, o educador descobre no seu labor cotián que algún alumno non vai como sería de esperar, e non precisamente por déficit de aptitudes, senón porque o clima familiar non é o máis axeitado. Chegar, pois, a un mellor coñecemento do que ocorre no interior da familia e dalgúns pautas para prever problemas futuros, pode ser de utilidade para calquera educador. Este e o orientador familiar vanse ter que afrontar moitas veces a problemas comúns, aínda que cadaquén teraos que abordar, por suposto, desde a súa propia óptica, pero ambos intentarán axudar á familia para afrontar mellor a grande tarefa que esta está chamada a realizar.

2. A FAMILIA E A ORIENTACIÓN FAMILIAR

“Una familia es un grupo en marcha, sujeto a cambiantes influencias externas, con una historia y un futuro compartidos y con etapas de desarrollo tanto como con pautas habituales entre

sus miembros”¹. É, polo tanto, e igual ca todo grupo humano, unha realidade dinámica e en constante proceso de cambio, en marcha e suxeita a influencias. E de non saber afrontar con acerto, sen rixideces nin estereotipos estériles, as distintas esixencias e influencias de cada momento do camiño, vai depende-la convivencia harmónica dos seus membros e a relación de todos e cada un deles co grupo de parentes ou co grupo social máis amplo.

A orientación Familiar defínea o Dr. Ríos González como: “el conjunto de técnicas encaminadas a fortalecer las capacidades evidentes y las latentes que tienen como objetivo el fortalecimiento de los vínculos que unen a los miembros de un mismo sistema familiar, con el fin de que resulten sanos, eficaces y capaces de estimular el progreso personal de los miembros y de todo el contexto emocional que los acoge”².

Interesa resaltar, desta definición, os seguintes puntos:

- **As capacidades evidentes e as latentes:** resulta indispensable un respecto familiar ás calidades e aptitudes de cada membro do sistema, sen pretender facer a ninguén á nosa propia imaxe. É moi frecuente, sobre todo na relación pais-fillos, que os pais pretendan que o fillo faga aquilo que eles non puideron facer e así proxectan nel os seus propios desexos. Isto non é respecta-los fillos e non favorece o

1. J. Haley: *Terapia no convencional. La técnica psiquiátrica de Miltonm H. Erikson*; Amorrortu editores, Buenos Aires, 1986, p. 50.
2. J. A. Ríos González: *Orientación y terapia familiar*, Instituto de Ciencias del Hombre, Madrid, 1984, p. 35.

seu desenvolvemento. Fortalece-las capacidades dunha persoa significa, en primeiro lugar, respectalas e aceptalas. Que cada un viva a súa verdade. Pero non só falamos das capacidades evidentes, senón tamén das latentes: aquelas que si existen, pero que están como adormecidas, aletargadas. A familia ten que proporcionar-la estimulación e o apoio necesarios para que cada un dos seus membros poida aproveitar ó máximo tódalas súas potencialidades, para que poida ser un mesmo. Pero neste descubrimento o colexio vai xogar tamén un papel primordial. O educador, como guía intelectual do neno, será complemento dos pais, apoiándoos e orientándoos nesta importante tarefa.

- O fortalecemento dos vínculos:

Hai que fortalece-la relación, o afecto, a comprensión, entre os membros do sistema familiar, para que poida existir unha intercomunicación directa e fluída, co fin de que (os vínculos) resulten sans, pois unha cousa é manter un vínculo de relación cunha persoa, e outra moi diferente é querer absorver á outra persoa.

- As capacidades de estimula-lo progreso persoal dos membros da familia: pero progreso persoal non debe ser entendido no senso de medrar economicamente, que tamén pode ser positivo, senón no de chegar a acadar-la auténtica madurez persoal de todos e cada un dos membros da familia.

Creemos que a axuda que o colexio pode ofrecer na orientación familiar tal e como a describimos, está fóra de

toda dúbida. Por suposto que esta axuda sería sobre todo no nivel educativo ou preventivo. Ningunha forma mellor de loitar contra os problemas ca aquela que trata de que estes non xurdan, poñendo en mans do individuo armas eficaces para preve-la súa aparición. E isto lógrase, sobre todo, a través da educación.

3. ORIENTACIÓN FAMILIAR PREVENTIVA

Unha orientación preventiva non trata as patoloxías. O que lle interesa é que estas non se cheguen a instalar na familia, polo que actuará antes de que as patoloxías xurdan, e farao de moi diversos modos, entre os que podemos destacar: a orientación prematrimonial, a planificación familiar, o fomento do diálogo e a comunicación familiar positiva, a advertencia á familia acerca das distintas crises familiares, o apoio á familia nas tarefas educativas.

a) Orientación prematrimonial

Esta orientación non só se levará a cabo nos momentos previos ó casamento ou cando a parella estea xa constituída, senón que xa terá que realizarse antes que a parella se constituía. Para así facilitar que a elección por parte de cada un dos membros da futura parella sexa racional e madura, e non unha elección baseada en factores ou aspectos irracionais da personalidade, como sinala, por exemplo, J. Willi.³ ¡Cantos problemas

3. J. Willi: *La pareja humana: relación y conflicto*; Morata, Madrid 1978.

familiares se poderían evitar, ou polo menos esquecer, se tivesemos oportunidade de contactar cos xoves xa antes de se faceren noivos! En moitos casos, neste primeiro momento é cando a relación xa se empeza a viciar. Unha parella, por exemplo, que se chegou a constituír maiormente polo desexo de un, ou dos dous, de liberarse das súas familias de orixe, a partir do momento en que casaron poden chegar a descubrir que a razón do seu matrimonio xa desapareceu. Escaparon dunha situación problemática, pero agora están instalados noutra aínda de maior dificultade. Para seguir xuntos terán que atopar outras razóns que os motiven, pois é fácil menterse unidos mentres se loita por conseguir un obxectivo desexado, mentres se loita contra algo. ¿Pero que sucede desde que ese obxectivo foi alcanzado? Con frecuencia, cando alguén está totalmente focalizado cara á consecución de algo, non logra, ou xa non intenta, adiviña-las dificultades que atopará despois de conseguida a ansiada meta. ¿Cantas parellas fan proxectos, sequera a medio prazo, mentres son noivos? ¿Cantas chegan ó casamento por pura inercia e por temor a non atopar "outra cousa", a pesar de ter vivido un noivado bastante conflictivo?.

É certo que a parella, ó longo de toda a súa vida como parella, debe pasar por múltiples definicións e redefinicións da súa relación, pois cada nova situación (o nacemeto dun fillo, a escolaridade...) esixe formas distintas de relación, pero non é menos certo que as experiencias

anteriores influirán nas novas formas de interactuar, pois estas constrúense sobre aquelas, e se a relación se presentou en termos erróneos ou irracionais desde os seus comezos, terá poucas posibilidades de éxito.

As expectativas que a nova parella albergue de cara ó seu futuro tamén van ter importancia. Moitas veces estas son moi irrealistas e logo o prosaico da vida cotiá fai caer na conta do equivocado que un estaba cando pensaba en termos similares ós daquel dito popular de "contigo, a pan e cebola".

b) Planificación familiar

Xa constituída a parella é indispensable que esta poida decidir cantos e cando vai ter fillos, sen que isto quede á determinación da sorte. Ter un fillo é algo sumamente serio e no momento en que veña ó mundo temos que estar preparados para aceptalo e proporcionarlle un clima cálido que facilite o seu desenvolvemento harmónico en tódolos aspectos. Aceptalo fillo, máis ca desexar ter un fillo, é condición necesaria para un desenvolvemento san, pois hai preñeces nas que o fillo, quizais por non cumprilas expectativas paternas, non é aceptado; e viceversa, preñeces non desexadas que dan como resultado fillos plenamente queridos e aceptados ⁴.

Non me resisto neste momento en que estamos falando do neno a deixar

4. Outras reflexións sobre a planificación familiar poderaas atopalo lector en Miguel Ángel López Folgueira: "Reflexións desde a experiencia de traballo nun centro de orientación familiar", Revista Galega do Ensino, nº 4, "Especial da Familia", maio 1994.

de facer mención a uns versos de Jalil Gibran que di o seguinte:

Vuestros niños no son vuestros niños.

Son los hijos e hijas del propio anhelo de vida.

Vienen a través de vosotros pero no provienen de vosotros y aunque están con vosotros no os pertenecen.

Podéis darles vuestro amor pero no vuestros pensamientos, puesto que tienen sus propios pensamientos.

Podéis alojar sus cuerpos mas no sus almas,

puesto que sus almas moran en la casa del mañana, que vosotros no podéis visitar, ni en vuestros sueños.

Podéis esforzaros en ser como ellos, pero no intentéis hacerlos como vosotros,

puesto que la vida no mira ni espera al ayer.

Sois los arcos de los que vuestros niños parten como flechas vivientes.

Abandonaos en manos del arquero: será para bien⁵

É desde logo un punto crucial, nunha orientación familiar preventiva, que a parella poida ter acceso a información e medios para poder regula-la súa fecundidade; non loitando contra ela, por suposto, senón humanizándoa, facéndose a parella responsable dela, para así conseguir que o fillo sexa mellor aceptado e máis querido. Pois o cariño e a aceptación do fillo é tan importante como o mesmo sustento

físico que se lle dá. Investigacións como as de Spitz⁶ ou Bowlby⁷ así nolo testemuñan.

Para calquera tarefa que queiramos desenvolver, hoxe en día esíxesenos unha aprendizaxe, uns coñecementos e unhas actitudes previas. Sen embargo, para ser pai non se esixe nada. ¡Coma se fose unha tarefa carente de toda importancia e que calquera pode levar a bo fin! Sen embargo esta tarefa é, quizais, a máis importante que o individuo vai realizar ó longo da súa vida, pois do feito de saber ou non afrontala axeitadamente vai depender non só o seu bo estar, senón e sobre todo o duns seres, uns nenos, que van ver precisamente nos pais os modelos para a aprendizaxe da vida.

Neste senso, serían de grande utilidade as escolas de pais, nas que estes poderían comentar e debate-los seus problemas, e tamén servirían como centros de educación permanente, dinamizadores dunha renovación continuada para mellor afronta-la problemática familiar. Pois a familia está nun proceso de evolución e renovación constantes; e o que vale, por exemplo, para antes de ter fillos, non vale para cando o primeiro fillo xa naceu, e isto tampouco vale para cando o fillo é adolescente ou para cando alcanza a madurez, etc.

Pero a planificación familiar dentro dunha orientación familiar preventiva, non só se refire ó control da natalidade. Na familia hai algo máis cós

5. Tomado de: A. S. Neil, Summerhill, Fondo de Cultura Económica, México, 1974.

6. R. A. Spitz: *El primer año de vida del niño*, Aguilar, Madrid, 1981

7. J. Bowlby: *El vínculo afectivo*, Paidós, Buenos Aires, 1976; *La separación afectiva*, Paidós, Buenos Aires; *La pérdida afectiva*, Paidós, Buenos Aires.

fillos. Hai a parella, sen a que aqueles non existirían. E dentro da vida da parella algo de grande importancia é a expresión da súa sexualidade, que aínda que non é a panacea que solucione tódolos problemas conxugais, si que é moi importante para unha relación harmónica. Ademais, se a parella vive a súa sexualidade de forma madura e creativa, aínda sen querelo estará proporcionándolles ós fillos unha sa actitude cara á sexualidade.

Como sinala Fuertes Martín (citando a Berman e Holf, 1987), se a parella ten problemas sexuais, isto facilitará a aparición doutros problemas relacionais entre os pais e os fillos. "La presencia de problemas sexuales entre los miembros de la pareja, dejaría el camino más fácilmente abierto a la posibilidad de coaliciones intergeneracionales, mientras que la habilidad de la pareja para mantener una vida sexual íntima, serviría como un marcador de los límites intergeneracionales"⁸.

Pois ben, unha correcta información e formación sexual non podería faltar nunha orientación familiar preventiva. E digo información e formación, e non só información, porque nesta coma noutras moitas cuestións vitais, os coñecementos non chegan. Son necesarios, pero teñen que ir acompañados dunha actitude positiva. E neste senso, por desgracia, na nosa sociedade aínda hai moito que avanzar no terreo da sexualidade, tanto no referente a información coma a actitudes, pero sobre todo a actitudes. E non esquezamos que

os lugares máis influentes na formación de actitudes son o fogar e a escola. Aquel, como transmisor dos valores do microgrupo familiar, e a escola, a través dos programas escolares, etc., dos valores dominantes na sociedade de cada momento. Resulta así moi importante que os pais gocen dunha sexualidade sa e que este tema sexa tratado na familia e na escola sen tabús pero con honestidade e honradez. Nin actitude prohibitiva nin permisiva, senón actitude de cultivo, que supón situarse fronte ó feito sexual coma unha dimensión básica do individuo, que terá que integrar no conxunto da súa personalidade para sentirse plenamente home ou plenamente muller. Nin superior nin inferior ás persoas do outro sexo. Simplemente diferente. A sexualidade non é algo que se ten, un engadido, senón algo que se é, algo que forma parte do meu propio ser. Pois non se pode falar da persoa en neutro. Ou se fala do home ou da muller. E segundo se sexa home ou muller, muller ou home, isto condicionará todos e cada un dos momentos e das conductas da miña vida, pois só se pode ser, sendo sexuado.

Cunha correcta educación sexual no dobre nivel de coñecementos e actitudes, diminuíriamos, por exemplo, o seguinte: moitas anorgasmias, frixideces, impotencias..., que aínda na actualidade se están dando, debido en moitos casos, precisamente, a unha actitude negativa cara á sexualidade; que moitos adolescentes teñan relacións sexuais a idades prematuras para iso, que cheguen

8. Fuertes Martín: "Terapia familiar y sexualidad", *Cuadernos de Terapia Familiar*, 1994, nº 27, p. 27.

mulleres á consulta dicindo que non entenden como quedaron preñadas, porque xamais sentiron ningún pracer; que algúns nenos queden traumatizados porque foron abordados por un exhibicionista; que algúns xoves se angurien porque teñen un pene “demasiado pequeno”; que bastantes esposas realicen o coito exclusivamente como unha obriga para co seu home, pero sen concederse o mínimo dereito de disfrute e mesmo considerándose indignas se é que nalgún momento o logran; que poñan xurdir nas nosas adolescentes tantas preñeces precoces, etc.

c) Fomento do diálogo e a comunicación familiar

Na fase previa ó casamento os namorados concédense o máximo tempo do que dispoñen, bótanse flores, avíanse para estar xuntos, discúlpense se un deles estivo torpe nalgunha actuación, míranse intensamente entre si, preocúpanse cada un pola felicidade do outro... En fin, soen vivir unha relación na que todo ou case todo resulta positivo e maravilloso. Claro, ¡estanse a pretender! e temen perderse se non actúan así, temen perderse se se “enfadan”, e iso arrepiáos. Pero con frecuencia resulta que pasados dous ou tres anos, ou quizais menos, todas esas boas maneiras ou costumes están esquecidos: rifan ás veces, discuten por parvadas, non toleran que o outro teña un mínimo fallo, en vez de camiñar da man van separados e cada un ensumido nas súas propias cavilacións, xa non se preocupan de estar máis

ou menos guapo o un para o outro... En definitiva, conquistáronse e xa teñen seguro a todo risco de compañía e, ademais, de por vida (aínda que agora o de por vida, bastante menos), e iso fai que a relación pouco a pouco se vaia trivializando e perdendo o seu encanto inicial.

Evidentemente que o descrito é un pouco unha caricatura da realidade, pero que tampouco está lonxe dela, e se non miremos ó noso redor ou mesmo cara a nós mesmos.

Digamos, non obstante, que é totalmente lóxico e normal que a forma de relación e comunicación non pode ser a mesma cando aínda non se vive baixo o mesmo teito e cando xa isto sucede, simplemente porque o contexto no que a relación se desenvolve non é o mesmo, como tampouco é o mesmo antes de ter fillos e despois. E é algo evidente que, aínda sendo os comunicantes os mesmos, o contexto, o marco no que se leva a cabo a comunicación vai estar condicionado. Pero o grave da cuestión non está precisamente en que a forma de comunicarse cambie, algo totalmente normal, senón en por que en grande número de casos cambia en senso negativo e non positivo.

En primeiro lugar, hai algo que teríamos que desterrar das mentes de quen vive ou pretende vivir en parella: o namoramento, o casamento ou o matrimonio non son unha meta, senón un proceso. O namoramento e o matrimonio son algo que non conclúe, son algo que hai que facer día a día. ¿Conclúe o matri-

monio coa separación? Persoalmente teño as miñas dúbidas sobre isto. ¡Que diferente sería se as parellas se espertasen tódalas mañás coa ilusión de namorarse un pouco máis un do outro, de descubrirse un pouco máis, sen darse nunca por plenamente coñecidos!.

É frecuente oír dicir ós membros da parella que se coñecen perfectamente un ó outro, e isto é o peor que a calquera lle pode pasar: que alguén lle diga que nel xa non existen segredos nin nada novo co que o poida sorprenden. Isto significa claramente nega-la liberdade e a autonomía da outra persoa. E significa, por outra banda, que nos consideramos no dereito de poder anticipar, controlándoo, os sentimentos e as reaccións da outra persoa, chegando incluso ó extremo de opinar e actuar por ela, ¡porque ela faríao dese modo! Así en moitas parellas e en moitas familias “rouban” a palabra uns ós outros, porque no momento en que alguén abre a boca, o outro ou os outros xa intúen o que vai dicir e adiántanse en colle-la palabra, negándolle o dereito de dici-lo que quería. E é un mal costume nunha familia “roubarse” a palabra uns ós outros. Un dos principios fundamentais dun diálogo positivo é, precisamente, a non intuición dos sentimentos do outro ou os outros. Contrariamente, hai que facilita-los medios para que cadaquén se exprese por si mesmo. O falar polos demais non facilita o diálogo, senón que o imposibilita.

Pero non chega con que cadaquén se exprese por si mesmo. Hai que coida-la forma, o como e o que se expresa. As

mensaxes positivas son moito máis efectivas cás negativas, e as orientativas, máis fáciles de ser aceptadas cás imperativas. A calquera de nós nos gustaría máis que nos dixesen, por exemplo: “¡Que che parece se imos mañá ó campo?”. E en realidade a mensaxe foi a mesma.

Ademais de coida-la forma da expresión, tamén é de vital importancia que na familia se comunique e se teña en conta máis o positivo có negativo. ¡Cantas familias chegan á falta de entendemento e incluso á ruptura por estar asiduamente ó asexo dos fallos e debilidades do outro ou dos outros e sen a penas prestar atención ós actos positivos! Ás veces, parece que os membros dunha familia ou dunha parella, en vez de quererse, ódianse, pola cantidade de mensaxes negativas, críticas e rexeitamentos que se dirixen mutuamente. É certo que isto soe facerse para que o outro cambie e abandone conductas non desexables. Pero é aínda máis verdade, que hai que saber e ter en conta, que case sempre os efectos son os contrarios ós buscados: unha maior persistencia das conductas indesexadas. “¡Xa está ben, eu aquí aguantando os nenos e ti de viños cos teus amigos!”, dille, por exemplo, a muller ó home porque chegou un pouco tarde á casa. Pero resulta que cando vai para a casa ó dereito do traballo, non recibe ningunha mensaxe alentadora. “¡Pero serás burro e lacazán. Mira que traer un suspenso!”, dille un pai ó seu fillo. E non lle di nada polas outras oito materias aprobadas. Pois ben, con este tipo de

mensaxes o único que se logra é incrementalo distanciamento entre os comunicantes e facer que estes busquen outras persoas, outros grupos, que os recoñezan positivamente e onde se encontren máis a gusto. E non entramos xa no efecto que estas críticas producen na autoestima de quen as recibe e que é sempre, ou case sempre, negativo, posto que a imaxe que cada un ten de si mesmo está, en grande parte, condicionada pola imaxe que del teñen os que o rodean. En realidade, a forma de ser e de actuar de cadaquén está en grande parte en función da forma de ser e de actuar daquelas persoas coas que se relaciona.

Aínda que nos poderíamos estender moitísimo máis no tema da comunicación, quizais o nó gordiano de toda problemática familiar, non o imos facer; en cambio abordaremos a cuestión da televisión no fogar, pola incidencia que ela ten no diálogo e na comunicación familiar.

Hoxe en día non son moitas as horas que os membros da familia pasan xuntos no fogar, debido ó traballo dos pais, ó colexio dos fillos, etc. Pero cando se reúnen aí está, e quizais no lugar máis precioso da casa, a TV.

O pouco tempo, quizais, nalgúns casos, o único tempo que a familia pasa reunida, non está soa. Está a TV entre eles, interferindo en todo canto se di e se fai. E recentemente co video, aínda máis.

Non pretendo nin é a miña intención facer unha crítica da TV, pois como todo invento humano pode ser potencialmente positiva. O único que trato é de constatar algo que na realidade se dá. E para que a comunicación e o diálogo poidan ser fluídos e positivos téñense que evita-las interferencias e ruídos existentes que poidan alterar ou afecta-las mensaxes. Se a muller lle conta ó home que o neno, polo día, estivo malísimo, e o home, por exemplo, está vendo o telediario ou unha película, isto afectará negativamente á percepción da mensaxe da muller. No peor dos casos o home nin sequera se entera; e no mellor, si se entera, pero non de forma totalmente clara, e ó pouco tempo preguntará: “¿Que me dicías do neno?”, e quizais a muller se anoixe porque antes non a escoitase.

Pero o problema non é só este, hai máis. A TV, como un medio de comunicación de masas que é, vai xerar moitas conversas sobre ela: “mira que o personaxe tal é bruto”, “mira que o outro é moi bo”... En definitiva, que tanto no fogar coma fóra del son bastantes as horas dedicadas a comentar acerca da TV, en detrimento da participación das nosas experiencias vitais. Se hai que ver unha película, e iso pasa un día si e outro tamén, ¿cando se pode falar e comentar acerca da experiencia vital de cada un durante o día? Ademais, a TV pódenos facer vivir en fantasía e alonxados da nosa propia verdade. Pódenos facer vivir na irrealidade, como dicía, se contribúe a centra-los diálogos ó redor do percibido a través

dela, deixando pouco lugar para facer comentarios sobre o que nos rodea, que é o que máis nos afecta de cotío. Falar acerca dos sentimentos do personaxe tal, do político cal, etc. etc., non nos compromete persoalmente, porque non se trata de nós. Pero falar coa miña muller e cos meus fillos dos meus propios sentimentos, do que sinto e penso, si me compromete no máis profundo, porque é precisamente de min de quen falo, e quizais esa imaxe persoal auténtica non estea moito de acordo co rol que pretendo aparentar. En fin, que moitas, demasiadas veces, concedemos máis importancia ás mensaxes televisivas cás mensaxes dos membros da nosa propia familia: "¡Cala, que estou vendo o que di o presidente!", por exemplo. Pero, ¿que é máis interesante para nós? Se isto se produce con certa asiduidade, non nos queixemos despois da falta de diálogo familiar. Somos responsables diso.

Pero hai aínda máis: a TV proporciona modelos de identificación, en moitos casos, moi alonxados da nosa propia realidade e, polo tanto, impropios para nós. Modelos de identificación fantásticos que crean en nós, e sobre todo nos nenos, algo así como unha inflación de necesidades, un estado constante de necesidades, ás veces irrelevantes, que case nunca se poderán satisfacer, coa frustración subsecuente. E non falemos xa do tema da violencia na TV. En fin, ó mellor castigámo-los nosos fillos por ser agresivos, e non reparamos na cantidade de violencia filmica á que están expostos tódolos días.

d) Prepara-la familia para as distintas crises familiares.

Este punto podería enlazar xa co primeiro sobre a orientación prematrimonial. Tódalas parellas van ó matrimonio cunhas expectativas, próximas, ás veces, á realidade; pero moitas máis, arredadas dela, o que pode contribuír ó derrubamento de todo o edificio previamente construído. Interesa, entón, que as expectativas sexan o máis próximas posible á realidade coa que despois se van enfrontar, para así evitar futuras dolorosas frustracións.

Parece bastante evidente que unha forma de evitar estas posibles frustracións é facer que as parellas se decaten dos problemas e dificultades cos que se van enfrontar ó longo de todo o ciclo vital familiar que están xa comezando a construír. A parella que pense que a forma de vida e de relación da "lúa de mel" vai durar para toda a vida, está bastante lonxe da realidade.

A familia, igual ca todo sistema interaccional estable, se quere durar teno que facer manténdose dentro dun equilibrio dinámico, superando, polo tanto, as tendencias homeostáticas que lle impedirían a adaptación tanto cara ó exterior coma cara a si mesma. Unha familia homeostática sería ultraestable e abortaría calquera proxecto de progreso, pois a palabra "cambio" non existiría no seu vocabulario. Estas familias pretenderían, por exemplo, abordar da mesma forma a relación co fillo pequeno e co de 25 anos que xa quere inde-

pendizarse. E isto, simplemente, é disfuncional.

As crises familiares das que imos falar non as vemos negativamente, son un factor de estimulación ó progreso familiar. O que si é disfuncional, é negalas ou escotomizalas.

“La crisis familiar -di C.F. Rojero- es un proceso de ruptura del equilibrio anterior, caracterizado por el aumento de la tensión en el sistema, por la puesta en cuestión de las reglas estructurales y por la suspensión de las metas del sistema, fruto todo ello de la exigencia de un cambio en la organización del mismo”⁹. Noutras palabras, unha crise sería un momento no cal o vello non vale e o novo aínda non está asumido. E isto, na familia, é unha realidade constante. Cada etapa do ciclo familiar require ser abordada de forma diferente.

Como dicíamos, as crises familiares teñen que ser vistas como factores que estimulan o crecemento e non o estancamento. Pero é conveniente que a familia estea previda para mellor afrontalas, pois se chegan por sorpresa poden deixar de ter solución.

Toda familia debería saber que ó longo do seu ciclo vital vai pasar por diferentes etapas con características propias, que requiren formas de afrontalas tamén propias, pois, como dixemos, a familia non é unha entidade estática; e a medida que van transcorrendo as etapas

do seu ciclo vital, tódolos membros deben enfrontarse a novas esixencias de adaptación.

Trataremos brevemente das distintas fases que atravesamos a familia tipo (da parella con fillos, pois no caso de non os ter, o panorama sería algo diferente). De forma moi simple poderíamos sintetizalas da seguinte forma:

1ª fase. Desde a formación da parella ata a chegada do primeiro fillo.

Teríamos que diferenciar subfases, pero por brevidade non o faremos. O esforzo neste momento vai encamiñado a construír unha relación viable e duradeira, que permita unha aceptable intimidade e que debe estar baseada nunha percepción realista do compañeiro e non na idealización do mesmo. Require que cada un asuma a responsabilidade que lle corresponde na relación e que se teñan superado os vínculos de ligazón infantil coas familias de orixe. Negociaranse as diferencias e posibles conflitos entre ambos e resolveranse as falsas expectativas, ó tempo que se atopan camiños de satisfacción mutua. É unha fase de gran tensión e conflito, pois ademais das diferentes personalidades dos dous membros da parella, hai que ter en conta que, “el matrimonio no es meramente la unión de dos personas, sino la conjunción de dos familias que ejercen su influencia...”¹⁰ sobre a nova parella, sendo ademais que “el arte del matrimonio incluye el que la independencia se alcance mientras al mismo tiempo

9. Varios: *Paradigma sistémico y terapia de familia*, Asociación Española de Neuropsiquiatría, Madrid, 1983, pp. 121-122.

se conserva la involucración emocional con los respectivos parientes”¹¹.

2ª fase. Desde o nacemento do primeiro fillo ata a entrada na escola do último. O nacemento de cada fillo suporá unha nova crise e polo tanto unha subfase.

No momento en que a parella xa está máis ou menos acomodada e adaptados un ó outro, aparece o fillo para rompe-lo equilibrio. A relación diádica pasa a triádica, e ademais este terceiro membro, o neno, é á vez débil e esixente. Haberá que facer unha nova negociación a moitos niveis, como por exemplo, aprender a relacionarse a tres, co risco de marxinação dalgún dos membros; unha nova distribución do tempo; unha nova forma de relación coas familias de orixe, pois créanse lazos de sangue entre elas. Aparecen avós, tíos... por ámbolos dous lados, que modifican o sistema familiar. “Con el nacimiento de un hijo, la joven pareja queda más distanciada de sus familias y a la vez más enredada en el sistema familiar. Siendo padres son menos hijos, y se individualizan en mayor medida como adultos; pero el niño los introduce más en la red total de parientes, en cuanto se modifica la índole de los viejos vínculos y se forman otros nuevos”¹². E por se isto fose pouco, teñen que enfrontarse tamén á gran responsabilidade da crianza e da educación dese novo ser, que, como dixemos, é esixente e indefenso.

Se na fase anterior a relación da parella madurou suficientemente, de maneira tal que a comunicación pode ser franca, directa e sen rodeos, e se aprenderon a manexar e negocia-las diferencias e desacordos de forma satisfactoria para ambos, o nacemento do fillo suporá dificultades, pero que non chegarán a enfrontamentos. Quizais incluso as dificultades unan máis a parella. Pero no caso contrario, existe o gran risco de que moitas cuestións que enfrontan a parella, sexan tratadas a través do fillo, con tódalas consecuencias negativas que isto pode ter para el. Un exemplo sería que o pai ou a nai non se atrevesen a dicirlle algo ó outro, e entón se lle dixese ó fillo, para que así o saiba o outro cónxuxe, que en realidade é o auténtico destinatario da mensaxe.

3ª fase. Período de escolarización dos fillos, ata a súa adolescencia. Ata este momento os fillos dependían case exclusivamente do fogar, pero agora o despegamento cara á independencia comeza xa de forma máis clara. O neno relaciónase xa máis co exterior e a responsabilidade educativa paterna comeza a ser compartida coa institución escolar, debendo os pais estar preparados para afrontar-la relación con esta nova institución (a escola), que dalgún modo empeza a formar parte da familia. Por outra banda, o neno vai empezar a actuar como “escaparate” da familia. No colexio exhibirá o aprendido na casa e relacionarase con outros nenos, doutras familias, que quizais non sigan unhas

10. J. Haley: *Terapia no convencional. La técnica psiquiátrica de Milton H. Erickson*, o. cit., p. 37

11. Ib., p. 44.

12. Ib., p. 46.

pautas comportamentais idénticas ás súas, o que pode ser fonte de conflitos familiares. "Los conflictos entre los padres acerca de la crianza de los niños se hacen más manifiestos cuando su producto es exhibido en público. La escuela representa además su primera experiencia con el hecho de que los hijos terminarán por dejar el hogar y ellos se quedarán solos frente a frente"¹³.

Un perigo importante desta fase está en que os pais lle poñan atrancos ó neno para a súa relación extrafamiliar, desvalorizándolle todo o de fóra do fogar.

4ª fase. Periodo de adolescencia dos fillos. O proceso de despegamento ou desenganche dos fillos respecto dos pais avanza, debendo ser renegociados os temas de autonomía e control, sobre todo. Non obstante o adolescente aínda non está en condicións de ser autónomo e independente e segue necesitado de tutela ou vixilancia, pero exercida de forma diferente á da fase anterior.

Se previamente non houbo unha correcta educación (información e formación) sexual, poden xurdir problemas nesta área.

Unha das tarefas fundamentais neste momento é a de desenvolve-lo compañeirismo dentro e fóra da familia, debendo os pais, ademais, apoia-lo proceso de separación-individuación dos fillos.

5ª fase. Periodo no que os fillos abandonan a casa para face-la súa propia vida, separados dos pais. Pero "los hijos sólo pueden alejarse de un hogar feliz"¹⁴. Doutro modo, alonxaranse fisicamente, quizais, pero conservando uns vínculos infantís de dependencia que impiden a auténtica liberación. Non obstante, ninguén crea que a liberación significa esquecemento. Lonxe diso, liberación significa cariño e afecto desde a liberdade, e non desde a obriga. Se é desde a obriga, xa non é cariño. Este só é tal se nace da espontaneidade.

Nesta fase os pais teñen que elaborar unha nova relación como parella, pois os fillos xa son maiores e, polo tanto, non os necesitan xa, ou, polo menos, necesítanos menos, o que leva consigo que os pais empecen a quedar outra vez sós fronte a fronte. As grandes preocupacións da crianza e da educación dos fillos quedaron atrás e, polo tanto, disporán de máis tempo libre. ¿Saberán que facer con ese tempo un en compañía do outro? ¿Saberán falar directamente un ó outro sen contar coa intermediación dos fillos? Isto vai depender da solidez dos vínculos que unen o matrimonio. Se estes eran débiles e a unión era só, ou sobre todo, polos fillos, quizais este poida ser un momento no que xurdan discordias e mesmo o risco de separación poida ser elevado. Pero se a unión estaba asentada nunha base sólida, este pode ser un momento de maior achegamento e maior profundización na relación. Por outra banda, empezarán a

13. Ib., p. 48.

14. J. Haley, e L. Hoffman: *Técnicas de Terapia familiar*, Amorortu editores, Buenos Aires, p. 257

face-la transacción á condición de avós, se fose o caso.

Tamén poden xurdir outros problemas: a anguria de separación dos fillos, sobre todo se se tiveron non para a vida, senón en función dos beneficios que no futuro puidesen reportar; a perda da xuventude dos propios padres, e o enfrontamento coa idea da morte. Esta fase moitas veces coincide, precisamente, coa morte dos avós (os pais da parella).

6ª fase. Os fillos abandonaron o fogar e os pais quedan sós. Chamáselle tamén a esta fase "etapa do niño baleiro". O subsistema conxugal volta a resultar esencial para ambos, pero se nacen netos teranse que elaborar estas relacións.

A parella atópase outra vez soa, pero cunha longa vida xa vivida en común e sen os alicientes sexuais, por exemplo, de recén casados. A relación cos fillos xa será plenamente de adulto a adulto, e a separación entre pais e fillos será xustamente interpretada: a verdadeira separación entre pais e fillos quere dicir que a intimidade pode ser conseguida sen perda de autonomía.

As dificultades da etapa anterior pódense agravar.

7ª fase e derradeira. Vai desde a xubilación ata o pasamento. Os pais iniciais soen ser agora avós, e os fillos, pais.

Unha tarefa prioritaria deste momento é desenvolver un sistema de axuda mutua que loite contra a desconexión xeracional e os sentimentos de inutilidade.

Co tempo, un dos cónxuxes morre e o outro queda só. Neste intre, a súa familia decide coidalalo ou mandalo a unha residencia. Hai un refrán que di algo así como: "la herencia queda en las paredes". Como tráte-los teus pais, así serás tratado polos teus fillos. "Del modo como los jóvenes cuidan de los viejos deviene el modelo de cómo se cuidará de ellos cuando, a su vez, envejecan, pues el ciclo familiar se renueva sin fin" ¹⁵. Pero tamén o comportamento dos pais cos seus fillos vai influír en como os avós se comporten cos pais. "Cuando los padres no se conducen adecuadamente con sus hijos, por lo común los abuelos, a su vez, no se conducen adecuadamente con sus padres" ¹⁶.

Diciamos antes que "o ciclo familiar se renova sen fin"; onde está a clave fundamental da orientación familiar preventiva, e que poderíamos traducir do seguinte xeito: os teus fillos farán o que ti fagas. Non fagas, polo tanto, o que non queiras que fagan os teus fillos. Pois na comunicación o fundamental e de máis valor non son, precisamente, as mensaxes verbais, senón as mensaxes non verbais, o exemplo. Este vale máis ca mil discursos moi ben elaborados. O exemplo substitúe e incluso anula a palabra. Non te esfuerces

15. J. Haley: *Terapia no convencional. La técnica psiquiátrica de Milton H. Erickson*, o. cit., p. 57.

16. Íd.: *Trastornos de la emancipación y terapia familiar*, Amorrortu editores, Buenos Aires 1985, p. 135.

en dicirlle ó teu fillo: “fumar é malo”, se ti mesmo fumas; que “o traballo é honroso e debe de traballar”, se para ti é simplemente unha penuria e unha carga que soportar...

En fin, o ciclo vital da familia conclúe co pasamento do último dos cónxuxes; e acepta-la morte, supón ter aceptado a propia vida, tarefa ardua e nunca concluída.

Á parte destas crises evolutivas típicas que esbozamos, poden existir na familia outras crises accidentais, non previsibles, desencadeadas polos máis diversos factores, como poden ser: a enfermidade dalgún dos seus membros, a revelación dun segredo antigo, etc...

e) Apoio á familia na tarefa educativa

Xa finalmente, salientamos este importante aspecto dunha orientación familiar preventiva. Se o deixamos para o último lugar, non é precisamente por se-lo menos importante. Todo o contrario, pois, en realidade, o que sucede é que este nivel engloba e sintetiza tódolos demais.

Seguindo a Ríos González, podemos dicir que a educación familiar é o “conjunto de técnicas encaminadas a proporcionar a los padres y miembros del sistema familiar los fundamentos de una formación básica amplia y realista para que puedan cumplir la tarea

de configurar personas sanas en el contexto que ellos mismos han de crear y enriquecer”¹⁷.

A familia é o contexto educactivo básico, e con independencia da forma xurídica que adopte ou das coordinadas ideolóxicas ou sociolóxicas que a configuran, é inevitable o influxo madurador das figuras parentais sobre o fillo en formación. Da axeitada interacción entre pais e fillos xurdirá unha personalidade sa, coherente, estable e progresiva. A finalidade da educación familiar céntrase, polo tanto, en proporcionarlle á familia os medios axeitados para a realización da súa misión educadora nos aspectos que lle son propios como grupo primario de encontro e comunicación. Entre os máis importantes hai que destaca-los procesos que abranguen os tipos, niveis e características do contacto e comunicación entre o educando e as figuras máis significativas do sistema familiar.

Desde esta perspectiva poderíamos sinala-los seguintes obxectivos da educación familiar:

1. Ilustra-los estadios e procesos do desenvolvemento persoal dos membros do sistema familiar.

2. Ver como a familia, como sistema, pode proporcionarlles elementos de apoio, seguridade e progreso ós membros da mesma.

3. Aprendizaxe dos modos en

17. J. A. Ríos González, en *Diccionario enciclopédico de educación especial*, Diagonal/Santillana, Madrid 1985, p. 753.

que debe verificarse o contacto entre pais e fillos para constituír unha base sobre a que asenta-las liñas fundamentais da maduración persoal, así como os aspectos específicos da dinámica familiar normal en que se concreta tal contacto.

4. Aprendizaxe dos modos e peculiaridades en que ten que verificarse o encontro interpersoal entre os distintos planos do mesmo sistema familiar, en canto que cada subsistema (pais, irmáns...) ten unhas esixencias propias e unha dinámica peculiar.

5. Aprendizaxe dos niveis e tipos de comunicación como elementos básicos para a interacción familiar.

Se queremos educar e formar no amplo sentido do termo, teremos que estar nós mesmos nun continuo proceso de educación e formación. Como a educación é basicamente un proceso interpersoal, só educamos educándonos. O que máis transmitimos non é, precisamente, o que temos, senón o que somos. Podo ter moitos títulos e coñecementos, pero o que vou transmitir é o uso que faga deles. O que teña é accidental. Mesmo o que diga pode ser accidental, pero deixa de selo a miña actuación, as conductas que realice. No proceso educativo familiar non só se transmiten coñecementos. Transmítense, sobre todo, actitudes. Transmítense formas de ser e de vivir.