

# AUTOCONTROL, REQUISITO PARA LA ESTABILIDAD FAMILIAR Y SOCIAL.

Paloma Alonso Stuyck.

## Resumen

En algunos ámbitos de nuestra sociedad, como amargo resultado de la penetración de la ideología de género, se eclipsa el auténtico significado de la familia y de Dios (del que la familia es reflejo). El relativismo ha fragmentado nuestro ethos común, redefiniendo el matrimonio, la familia y por tanto la sociedad. Ahora cada cual puede diseñar su proyecto personal y familiar “a la carta” sin referentes ni límites.

Esta pretendida libertad, esta ruptura de vínculos, lejos de satisfacer a la persona, crea ambientes y personas tristes, llenas de miedos y ansiedades. En ocasiones los esfuerzos terapéuticos se tienen que dirigir incluso a frenar la violencia en esas uniones pretendidamente fundadas en el amor –exclusivamente– donde parece que “no pinta nada” una institución represiva como el matrimonio, donde la figura del padre ha desaparecido.

Frente a la herencia que nos ha legado la revolución sexual se alza la revolución del amor sólido. Son muchos los jóvenes que quieren volver a la verdad sobre la persona, el amor, el bien y la belleza. Llena de esperanza comprobar cómo la vivencia de la verdadera sexualidad humana genera familias felices, llenas de energía, que transmiten a su entorno atractivos modelos parentales basados en el autodomínio y el amor auténtico, toda una pedagogía de la libertad humana.

Tanto en la consulta de Familia como en las aulas universitarias es un reto apasionante enseñar a tender puentes en la relaciones; la consistencia de su construcción está subordinada a un correcto autosistema personal (auto-concepto/control/estima) Sólo desde un buena aceptación, conocimiento y dominio propio se está en condiciones de poder amar, entregándose y acogiendo al otro yo, siendo dos en una sola carne, con un auténtico lenguaje del cuerpo. Urge por tanto restaurar los vínculos que nos sitúan y mantienen en nuestro verdadero ser: relaciones amorosas y agradecidas con Dios y los demás. Esa lógica del amor puede rehacer esta sociedad individualista llena de personas fragmentadas, desorientadas y solas.

Además, en el análisis atento de los programas y terapias orientadas a regenerar las relaciones, puede comprobarse la correlación entre las actitudes y hábitos promovidos desde una visión meramente pragmática, con las siempre actuales virtudes cristianas; estas promueven el respeto hacia toda persona (dignidad humana) y la necesidad de la caridad como catalizador de la convivencia, capaz de superar las limitaciones y deficiencias personales.

Cobra especial relieve la necesidad de enseñar el dominio propio, en una sociedad en que el emotivismo ha sustituido la argumentación, en la que se confunde el respeto a las personas con la validación de sus opiniones. Sólo cuando uno se posee a sí mismo puede donarse totalmente al otro, amando verdaderamente, contribuyendo a la consolidación de una vida familiar y social sana y estable.

**Paloma Alonso Stuyck.** Profesora del departamento de Psicopedagogía del Centro Universitario Villanueva. Asesora en la consulta de Relaciones Familiares del Instituto Valenciano de Fertilidad, Sexualidad y Relaciones Familiares. Coordinadora del Diploma de Orientación Familiar de la Universidad libre de las Américas. [cursos@ivaf.org]

Tal como ha señalado Benedicto XVI “Hay una necesidad urgente de que toda la comunidad cristiana recupere el aprecio de la virtud de la castidad... esta implica un aprendizaje del dominio de sí, que es una pedagogía de la libertad humana”.

## Introducción

Esta ponencia se sitúa en el III Congreso Internacional en Reconocimiento de la Fertilidad cuyo lema es *De la excelencia de la Investigación y la docencia hacia una responsable paternidad*. Mi punto de vista es pluridimensional, desde la experiencia que me proporciona la docencia en la universidad Villanueva<sup>1</sup>, la atención de la consulta de Relaciones familiares del Instituto Valenciano de Fertilidad, Sexualidad y Relaciones Familiares IVAF<sup>2</sup>, la colaboración con el servicio “Ser familia”<sup>3</sup> de la Universidad Católica de Valencia, y la coordinación del Diploma en Orientación Familiar de la Universidad Libre Internacional de las Américas ULIA<sup>4</sup>. Bien conocen mis colegas que la psicología (ciencia de la psique) se interesa por todo lo específicamente humano, y los psicólogos solemos desarrollar nuestra actividad simultáneamente en diversos campos.

Esta particular atalaya me permite constatar lo que resaltaba Benedicto XVI en el congreso que reunió en Roma a expertos de todo el mundo convocados por el Consejo Pontificio de la Familia con ocasión del 30 aniversario de la constitución apostólica Familiaris Consortio (22.XI.1981). Al recibir a los asistentes les señalaba: “*El eclipse de Dios se debe a la difusión de ideologías contrarias a la familia*” tal como relata Rafael Navarro Valls, uno de los asistentes al congreso.

El citado autor ilustra con acierto: “*No exageraba el Santo Padre. Un ácido ejemplo mediático bastará para definir la seriedad del momento histórico por el que pasa la familia. Los periódicos americanos suelen concretar en pocas palabras el momento de la vida que define a cada generación. Así, dirigiéndose a los que vivieron los años cuarenta, la pregunta clave suele ser: “¿Dónde estaba usted cuando los japoneses atacaron Pearl Harbor? Para los baby boomers (los nacidos entre 1945 y primeros años de los 60) las preguntas son: “¿Dónde estaba cuando Kennedy fue asesinado?” o “¿Qué estaba haciendo cuando renunció Nixon? Para los que vivían el 11 de septiembre de 2001, la pregunta suele ser: ¿“Dónde estaba usted cuando se derrumbaron las torres del World Trade Center”? En fin, para la generación X, es decir para los nacidos entre 1965 y 1980, sólo hay una pregunta: “¿Qué edad tenías cuando tus padres se divorciaron?”. Interrogante que peligrosamente se acerca a niños de edad inferior”<sup>5</sup>.*

La propuesta sencilla y eficaz, es que la familia es el mejor instrumento para revertir la situación social descrita. Los padres, con su testimonio personal -única educación real para sus hijos- deben ser capaces de ofertar la verdadera antropología que late bajo la bíblica *una caro*.

Desde mi reflexión y experiencia personal llego a la misma conclusión: la paternidad responsable implica transmitir a los hijos una vivencia del amor humano tal, que genere el deseo de formar una familia similar, en la que la apertura a la vida y el don sincero de sí mismos sean los elementos configuradores.

Al abordar el tema *Desarrollo Socio-afectivo* en la asignatura *Psicología evolutiva y de la educación* en el Grado de Magisterio, he podido constatar hasta qué punto la ingeniería social propugnada por la ideología de género va calando en la mentalidad de los universitarios.

1 Centro Universitario Villanueva (adscrito a la Universidad Complutense) <http://www.villanueva.edu>

2 Instituto Valenciano de Fertilidad, Sexualidad y Relaciones Familiares <http://www.ivaf.org/>

3 Universidad Católica de Valencia, servicio “Ser Familia” [https://www.ucv.es/servicios\\_1\\_7.asp](https://www.ucv.es/servicios_1_7.asp)

4 Universidad Libre Internacional de las Américas <http://www.ulia.org/dof/>

5 Navarro-Valls Rafael “¿Qué edad cuando tenías tus padres se divorciaron?” en <http://www.zenit.org/rssspanish-4111614/12/2011>

Al trabajar el documento *¿Qué es la ideología de género?*<sup>6</sup> en grupos cooperativos, todas las tesis relacionadas con *la sexualidad integrada en la persona como manifestación del amor*, eran clasificadas como ideas religiosas restrictivas y no como lo que la naturaleza humana reclama por la misma felicidad y dignidad de la persona.

Lo expone admirablemente Jorge Escala en su libro<sup>7</sup> al afirmar que Occidente ha perdido su *ethos* común aquello por lo que un pueblo estima lo que está bien y lo que está mal desde lo más profundo de su corazón al margen de lo que digan las leyes; en su lugar se ha instalado el liberalismo y la moral parece ser una cuestión privada. También este autor indica que el modo de “deconstruir” ese error es presentar testigos de la verdad; familias en las que se experimenta el amor incondicional de la madre y la autoridad amorosa del padre que pone límites. Estos testimonios creíbles constituyen la mejor vacuna ante la ideología de género.

El informe anual de la fundación encuentro<sup>8</sup>, destaca también como en estos momentos de crisis financiera, la familia es el lugar en el que la persona se construye y se *reconstruye*, siendo el capital familiar el principal patrimonio del país, un lugar de reencuentro donde la persona recupera la confianza en la sociedad y en sí misma, donde se forja la capacidad de resiliencia y la esperanza en el futuro. Si todo falla, la familia permanece! Y uno puede recomenzar; pero si la familia falla... Hay otras familias en nuestro entorno que funcionan y proyectan una fuerza que atrae irremisiblemente. Todos tenemos en lo más íntimo de nuestro ser deseos de verdad, bien y belleza; como dice el refranero popular: *la verdad es redonda, cae por su peso*.

Esta es la experiencia que narra Richard Cohen autor de un libro respetuoso e imprescindible<sup>9</sup>. Todos los especialistas le decían que no había nada que hacer, que había nacido así y tenía que ser y vivir como una persona homosexual. El, sin embargo, tenía el sueño de formar una familia, casarse y tener hijos (como así ha ocurrido) y no se dio por vencido. En su caso fue la fuerza de la verdad sobre la familia la que le prestó energía para luchar en su propósito; pero... ¿cuántas personas se habrán quedado en el camino?

Urge que estos temas se aborden en el ámbito familiar donde los padres presentan un testimonio elocuente sobre la manera de vivir el amor responsable. Es en la familia donde se aprende a desarticular los argumentos relativistas que inundan nuestra sociedad y a desenmascarar la falacia del *todo vale*.

Los hijos deben percibir como, respetando a cada persona, no se puede aceptar cualquier opinión; que los argumentos se estudian y se aceptan como verdaderos o falsos; que no todas las opciones son correctas ni están de acuerdo con la naturaleza humana y su felicidad. Hay que diferenciar a la persona y sus opiniones sin necesidad de caer en descrédito y ser tachado de intolerante.

En este sentido, un debate candente en muchos países es el de llamar matrimonio a la unión entre homosexuales. Desde las páginas del Telegraph, el cardenal Keith O'Brien, arzobispo de Edimburgo, ha escrito que *“no podemos ser indulgentes con esta locura”*. Argumenta: *“Desde la superficie, la cuestión del matrimonio entre personas del mismo sexo puede parecer inocua”*, pero *“la redefinición tendrá hondas implicaciones”*, por ejemplo, *“en qué se enseña en los colegios”* y se admite socialmente. *“Se redefinirá la propia sociedad, ya que la institución del matrimonio es uno de sus fundamentos”*<sup>10</sup>. Es decir, no da igual: la familia si importa!

6 Almazora Óscar “¿Qué es la ideología de género” en <http://conelpapa.com/ideologia/index.htm> 15/09/2011

7 Scala, Jorge (2010) La ideología de género o el Género como herramienta de poder Ed. Sekotia

8 Fundación Encuentro Centro de Estudios del Cambio Social España 2011 una interpretación de su realidad social <http://www.thefamilywatch.org/doc/doc-0274-es.php> 20/12/2011

9 Cohen, Richard (2012) Comprender y Sanar la Homosexualidad Ed: LibrosLibres

10 Benjumea Ricardo “Batalla por el matrimonio” en [http://www.alfayomega.es/Revista/2012/777/12\\_mundo1.php](http://www.alfayomega.es/Revista/2012/777/12_mundo1.php) 15/03/2012

Llaman la atención iniciativas como la de la revista digital Mercator.net, con su nuevo blog Conjuality. Su responsable, el periodista Michael Kirke, ha puesto el dedo en la llaga, al afirmar que el matrimonio homosexual no es más que la evolución lógica tras “décadas de divorcio, infidelidad y contracepción”, que han erosionado la concepción de esta institución, convirtiéndola en una simple oferta a la carta, al gusto del consumidor”<sup>11</sup>. Cuando es la propia arbitrariedad la que define lo que son las cosas, todo se desdibuja deslizándose por un peligroso plano inclinado hasta romper su esencia original. Es la tentación primera, la ruptura de vínculos, la posesión de la autonomía total, la libertad ilimitada del *seréis como dioses*<sup>12</sup>.

Esta situación no es exclusiva de la nuestro ámbito. Como señala Matthew Fforde “*Occidente parece estar exportando ahora su cultura materialista y desocializada (centrada en que el hombre no posee un alma y en que la verdad es relativa)*”<sup>13</sup>. Quiero llamar la atención en el aspecto paradójico del término que emplea este autor: *sociedad desocializada*. Pone de manifiesto una vez más la ruptura de los vínculos que nos proporcionan soporte y apoyo para mantenerse en pie. En algunos ambientes, como amargo resultado de la penetración de la ideología de género, se eclipsa el autentico significado de la familia y de Dios (del que la familia es reflejo). El relativismo ha fragmentado nuestro *ethos* común, redefiniendo el matrimonio, la familia y por tanto la sociedad. Ahora cada cual puede diseñar su proyecto personal y familiar “a la carta” sin referentes ni límites.

Esta pretendida libertad, esta ruptura de vínculos, lejos de satisfacernos, crea ambientes y personas tristes, llenas de miedos y ansiedades. Un estudio publicado en la revista Family Relations<sup>14</sup> -Life Site News- pone de manifiesto que el miedo al fracaso es el causante de buena parte del descenso de matrimonios en EE UU. También nuestras consultas se llenan de niños con *presuntos trastornos* de aprendizaje, hiperactividad, desmotivación, etc. que enmascaran en realidad una clara demanda de atención de sus padres.

También son numerosos los adolescentes inseguros, con baja autoestima; y en ocasiones los esfuerzos terapéuticos se tienen que dirigir incluso a frenar la violencia en familias donde la figura del padre ha desaparecido.

Un reciente estudio de la Universidad de Melbourne<sup>15</sup> destaca la figura del padre en la prevención de la violencia juvenil, demostrando que la presencia paterna masculina asidua es especialmente eficaz para prevenir los delitos de comportamiento violento en los hijos, sobre todo si es el padre biológico. También una de las conclusiones de mi tesis doctoral<sup>16</sup> subraya la necesidad de la autoridad en la familia, sugiriendo que la consecución de autonomía emocional en la adolescencia refleja en realidad desapego, construcción inadecuada de la identidad, y constituye un factor de riesgo para futuros problemas de conducta.

Está claro que el *amor post-it*<sup>17</sup> que pretende sustituir al amor soldadura, tal como expresa con humor José- Jaime Rico en su reciente libro nos deja inseguros, colgados en la cuerda floja con un equilibrio inestable.

---

11 Ibid 6

12 Génesis 3,5

13 Forde, Matthew (2011) “Los obstáculos y las esperanzas de libertad en un mundo globalizado” Actas XIII Congreso Católicos y Vida Pública Universidad CEU San Pablo

14 Baklinski, Thaddeus (2011) Young couples not marrying due to fear of divorce Universidad Cornell

15 Melbourne University (2011) National Longitudinal Study of Adolescent. Health Institute of Applied Economic and Social Research

16 Alonso Stuyck, P (2005) Discrepancia entre padres e hijos en la percepción del funcionamiento familiar y desarrollo de la autonomía adolescente <http://www.tesisenred.net/handle/10803/10224>

17 Rico Iribarne, J.J. (2011) Comprometerse con el amor autentico: las claves del matrimonio Ed. Palabra

Es fácil pensar: *¿qué pinta una institución en una historia de amor?* Pero pronto nos damos cuenta de que deseamos ser socialmente reconocidos por nuestros padres, que esas instituciones que parecen estorbar el amor en realidad lo ayudan y protegen.

De hecho, tal como he tenido ocasión de aprender en la unidad de familia de la Fundación Humanae<sup>18</sup> el papel de los miembros de la familia agiliza las terapias psicológicas de cualquiera de sus miembros, en especial de aquellos casos en que la voluntad de la persona se halla debilitada. La *evaluación multifuente* (lo que en ámbitos empresariales se designa como evaluación 360º) genera en la persona una percepción de no estar sólo, de contar con un equipo, y dota al terapeuta de recursos inimaginables y sobre todo de datos fiables.

En la consulta de Relaciones Familiares del Instituto Valenciano de Fertilidad, Sexualidad y Relaciones Familiares con frecuencia observo que los conflictos que en ocasiones parecen irresolubles no están originados habitualmente por patología psiquiátrica. Lo más habitual es constatar que son las tendencias temperamentales no corregidas las que tornan insostenible la convivencia. De hecho han proliferado los diagnósticos de *Trastornos de personalidad*, cuando en realidad se trata de una falta de conocimiento personal, *insight*, que deviene en una ausencia de lucha por forjar el carácter, tal como señala acertadamente el Dr. Joan de Dou, director del Máster Universitario en Terapia familiar de la Universidad Internacional de Cataluña<sup>19</sup> al explicar este tipo de trastornos. Lo que en ocasiones se señala como necesidad de educación emocional, de aprender a manifestar los propios sentimientos con asertividad, sin herir a la persona que nos produce sufrimiento o malestar, en realidad refleja necesidades de sentido más profundas. Así las soluciones que se esgrimen van dirigidas a adquirir técnicas de comunicación, asertividad, resolución de conflictos... lo que supone “poner un parche” en lugar de arreglar la gotera.

Frente a la herencia que nos ha legado la revolución sexual se alza la revolución del amor sólido. Son muchos los jóvenes que quieren volver a la verdad sobre la persona, el amor, el bien y la belleza. Llena de esperanza comprobar cómo la vivencia de la verdadera sexualidad humana genera familias felices, llenas de energía, que transmiten a su entorno atractivos modelos parentales basados en el autodomínio y el amor auténtico, toda una pedagogía de la libertad humana que facilita la comprensión y vivencia de unas relaciones sexuales satisfactorias. La experiencia familiar crea una auténtica certeza sobre la verdadera sexualidad: efectivamente la familia es causa, razón y fin de la misma.

Nos cuenta Ignacio Ibarzabal<sup>20</sup> cómo Zygmunt Bauman, sociólogo polaco de origen judío, ha tenido gran éxito editorial describiendo nuestra sociedad “líquida”. Uno de sus libros, *Amor líquido*, captura el mensaje de la posmodernidad sobre las relaciones sexuales: hoy los vínculos son frágiles, débiles, casi etéreos.

*“Durante los últimos años han surgido iniciativas de jóvenes en todas partes del mundo contra la instrumentalización de la sexualidad y a favor de su personalización a partir del amor. El movimiento más fuerte se ha dado en los EE.UU. y comenzó en febrero de 2005, en la prestigiosa Universidad de Princeton, con el lanzamiento de The Anscombe Society. Esta sociedad reunió a un grupo de estudiantes que -tal como relata Ryan T. Anderson, uno de sus fundadores- estaban cansados de la deshumanizante cultura de los campus universitarios y buscaban señalar una alternativa, una forma más excelente de celebrar la sexualidad humana. La noticia circuló rápidamente por medios como The New York Times y el modelo se replicó vertiginosamente en otros lugares. Hoy contamos grupos idénticos en más de 30 universidades e incluso se ha fundado una nueva organización, Love and Fidelity Network, dedicada exclusivamente a equipar con recursos y entrenamiento a estos jóvenes para que puedan, en ámbitos hostiles, promover sus ideas.”*

<sup>18</sup> Fundación Humanae <http://www.fundacionhumanae.org/>

<sup>19</sup> Universidad Internacional de Cataluña <http://www.uic.es/es/terapia-familiar>

<sup>20</sup> Ibarzabal, I. (2011) “La rebelión del amor sólido artículo” La nación, Argentina 08/02/2011

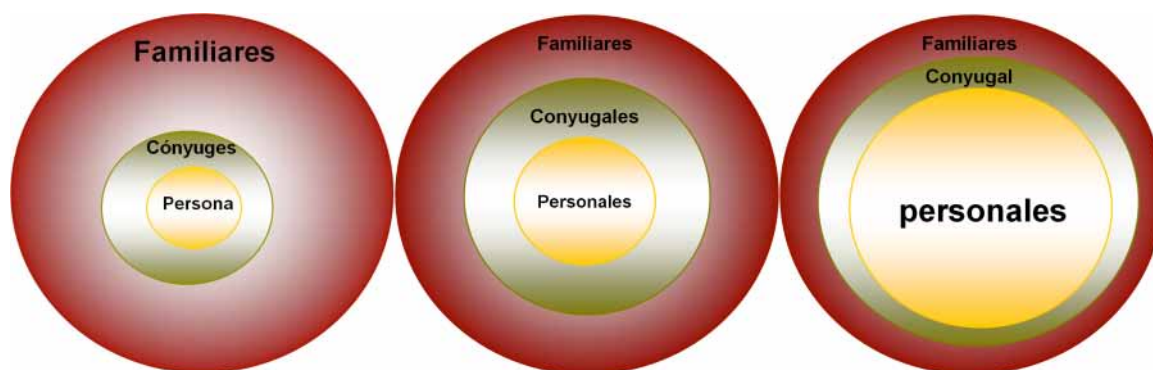
En una sociedad en la que se extienden las terapias Neurolingüísticas, donde se aprende un lenguaje interior positivo, motivante, realista, que dota a las personas de recursos para afrontar con éxito sus tareas y desafíos, es un reto urgente enseñar que el lenguaje del cuerpo es un lenguaje de amor. Para acogerlo esta comunicación vital se necesita una maduración real a fin de llegar a ser “*dos cuerpos y una carne*”<sup>21</sup>. Esta realidad identifica la unidad del origen y fin del género humano. Si este lenguaje no se aprende, la sexualidad queda reducida a deseo, a una sed que rompe a las personas en su intimidad; en definitiva se transforma de entrega complementaria en un consumo... y no se puede *consumir personas*.

Hemos sido creados como un Don y tarea. Constitutivamente nos configuramos recibiendo y donando. El don recíproco –entrega y acogida- cambia el deseo de inmediata posesión dándole otra dimensión y abarcando todo el ser personal<sup>22</sup>. Los dos modos de ser persona, y por tanto la masculinidad y feminidad, se construyen bajo esa dinámica: actividad y acogida. Para ambas tareas: dar y recibir, hace falta un requisito imprescindible: poseerse. El trabajo de orientación y la tarea terapéutica, al final van encaminados a ese objetivo: el autodomínio.

Solo partiendo de esa libertad esencial, de la capacidad de disponer de uno mismo, se pueden afrontar los demás objetivos de la convivencia. Cuando una persona se puede apoyar en si misma puede empezar a *tender puentes* que permanezcan. Tanto en la consulta de Familia como en el aula, es un reto apasionante enseñar a tender puentes<sup>23</sup> duraderos en la relaciones; la consistencia de su construcción está subordinada a un correcto *autosistema personal* (auto-concepto/control/estima) Desde un auténtica aceptación, conocimiento y dominio propio se está en condiciones de poder amar, entregándose y acogiendo al otro yo, siendo *dos en una sola carne*, practicando el auténtico lenguaje del cuerpo.

La autenticidad de los vínculos deriva de aquellos que nos sitúan y mantienen en nuestro verdadero ser: relaciones amorosas y agradecidas con Dios y los demás. Esa *lógica del amor* contiene la fuerza para restaurar esta sociedad individualista, llena de personas fragmentadas, desorientadas y solas. De esta manera, el análisis atento de los programas y terapias orientadas a regenerar las relaciones<sup>24</sup>, muestra la correlación entre las actitudes y hábitos promovidos desde una perspectiva pragmática y eficaz, con las siempre actuales virtudes cristianas que promueven el respeto hacia toda persona (dignidad humana) y la necesidad de la caridad como catalizador de la convivencia.

Con frecuencia me ayuda aplicar el esquema aprendido en la Unidad de Diagnóstico y Terapia Familiar<sup>25</sup> de la clínica Universitaria de Navarra. Está claro que la persona permanece cuando contrae matrimonio, y hay que seguir cuidando la conyugalidad cuando llegan los hijos y aumenta la familia. Si estos espacios no se respetan, en cualquiera de sus desproporciones o deformaciones, las relaciones se desestructuran y por tanto la sexualidad se desvirtúa, haciéndose en ocasiones costosa.



21 Génesis 2:24

22 Pérez Soba, J.J "Llamados a amar" en [http://www.ufv.es/docs/ponencia\\_dr\\_juan\\_%20perez-soba.pdf](http://www.ufv.es/docs/ponencia_dr_juan_%20perez-soba.pdf) 02/10/2012

23 Trullols L.F. "Identificación sexual" en [http://www.fiamcbarcelona2006.org/pdf/S1.3PsiCat\\_Trullols.pdf](http://www.fiamcbarcelona2006.org/pdf/S1.3PsiCat_Trullols.pdf) 06/10/2012

24 Cano Prous, A. "Depresión y Matrimonio" en <http://www.fluvium.org/textos/familia/fam285.htm> 02/10/2012

25 Unidad de Diagnóstico y Terapia Familiar [http://www.unav.es/psiquiatria/asistencia/pagina\\_5.html](http://www.unav.es/psiquiatria/asistencia/pagina_5.html)

Un prestigioso autor, C. Luis en su libro los cuatro amores<sup>26</sup> expone como *cada clase* de amor puede contener al anterior (como las muñecas Rusas) y cuando así sucede la persona se desarrolla con una plenitud creciente hasta llegar a la caridad (amor de Dios hacia el hombre) Destaca también que se trata de un conocimiento experiencial; somos capaces de hacer tesis sobre temas humanos en los que nos encontramos en pañales, es esta una de las grandes paradojas de la persona, la desproporción entre lo que entiende, quiere y realmente hace. Fruto de la ruptura de nuestra armonía interna por el pecado original.

Otra enseñanza urgente es el *misterio del perdón*. Realmente nos hemos desacostumbrado a ofrecerlo y recibirlo. En el *stage* realizado en la consulta del Dr. Enrique Rojas<sup>27</sup>, tuve ocasión de comprobar hasta qué punto las situaciones sostenidas de desencuentro, la forja de mundos y paradigmas independientes, está en ocasiones originada por unas relaciones sexuales reducidas o inexistentes. Son en esas ocasiones cuando se debe articular, a veces hasta con tintes teatrales, el proceso de la restauración a través de la disculpa, para llegar al encuentro. Especialmente en una sociedad en que el emotivismo ha sustituido la argumentación, en la que se confunde el respeto a las personas con la validación de sus opiniones, cobra especial relieve la necesidad de enseñar el dominio propio, también “cuando lo que toca es perdonar”

Sólo cuando uno se posee a sí mismo puede donarse totalmente al otro, consolidación de una vida familiar y social sana y estable. Tal como ha señalado Benedicto XVI<sup>28</sup> “Hay una necesidad urgente de que toda la comunidad cristiana recupere el aprecio de la virtud de la castidad... esta implica un *aprendizaje del dominio* de sí, que es una pedagogía de la libertad humana.

En el siguiente apartado, protocolo de atención, muestro algunos datos que es interesante recabar en la primera entrevista, junto a algunos ejemplos de las siguientes sesiones, con programas para potenciar o corregir actitudes básicas como proactividad o cordialidad en la relación. A pesar de la apariencia de un enfoque conductual, la entrevista se dirige a potenciar el desarrollo personal de los cónyuges. Este fin subyacente, propio de la logoterapia, que apunta a la parte sana de la persona (en lugar de al aspecto disfuncional o patológico) agiliza y refuerza la efectividad de la intervención.

Muchos de los instrumentos –cuestionarios y test- son los que habitualmente se emplean en la práctica clínica. Alguno de ellos más personales, los he añadido como anexos.

Es interesante no perder de vista que los matrimonios que acuden a una consulta de orientación familiar generalmente no buscan la separación (para eso se dirigen directamente a los abogados) sino que desean salvar su matrimonio. También que antes han intentado solucionarlo con ayuda, por lo que habrá que ayudarles a quitar prejuicios y ofrecerles la experiencia profesional de que es posible mejorar.

26 Lewis, C. S (1996) Los cuatro amores Ed. Ed. Rialp

27 Rojas, E. “El perdón es fundamental” en [http://www.alfayomega.es/estatico/anteriores/alfayomega428/enportada/ep\\_reportaje3.html](http://www.alfayomega.es/estatico/anteriores/alfayomega428/enportada/ep_reportaje3.html) 06/10/2012

28 Benedicto XVI “Visita ad limina con los obispos de EEUU” en <http://www.noticiasglobales.org/documentoDetalle.asp?Id=1550> 09/03/ 2012

## Protocolo atención

chequeo	Motivación para el cambio de cada miembro
	Oportunidad cada miembro para "ventilación" propia identidad
	Inventario de la historia y relación familiar: rastreo personalidad y genograma
	Evaluación de recursos y déficits de cada miembro: fortalezas y debilidades
	Antecedentes: percepción de los respectivos padres para conocer expectativas
	Modelo de interacción: estilo comunicación
	Capacidades para la empatía
	Entendido metas y objetivos preliminares del tratamiento
	Énfasis se pondrá en el presente y en el futuro y no en el pasado
	Comprometido a la asignación de tareas y asistencia
1ª sesión	Visión general: número y frecuencia de consultas
	Orientación. Compromiso con la terapia
	Determinación de los problemas y objetivos. Presente, no pasado: metas positivas, alternativas
	Conyugalidad y necesidades personales.
	Propuesta cambio: Practicar dar y recibir gratificaciones/Cuestionario áreas conyugalidad
2ª sesión	Revisión trabajo realizado
	modelado en consulta en dar y recibir gratificaciones, citar una gratificación que le gustaría recibir
	Afectividad y sexualidad: dar afecto importancia comunicación verbal y no verbal
	Propuesta cambio: agradecimiento de gratificaciones, petición de afecto físico
Ej: Actitud proactiva	¿Cuándo sientes que eres más proactivo?
	¿Cuándo eres más reactivo?
	¿Cuáles son las consecuencias de las conductas proactivas y reactivas en el ámbito del matrimonio?
	¿Qué puedes hacer para mostrar un comportamiento proactivo en lugar de reactivo?
	¿Considera que tu modo de reaccionar ante los problemas conyugales puede estar relacionado con el modo en que tus padres resolvían los problemas de su propio matrimonio?
	¿Qué situaciones conyugales son propensas a provocar comportamientos reactivos?
	¿Te dejas arrastrar por lo que te apetece en el momento, o te empleas en lo que deseas a medio plazo?
	Construye una respuesta proactiva en el ámbito conyugal
Ej: Mejorar convivencia	<b>Anticiparse</b> a una necesidad sin que el otro tenga que pedir ayuda
	<b>Confiar</b> , pensar bien del otro: la confianza genera confianza
	<b>Conocer</b> los gustos del otro y procurar complacerlos interesándose por ellos
	<b>Cuidar</b> con entereza en momentos de enfermedad y cuidarlo/la con esmero
	<b>Dar</b> al otro la dedicación de tiempo que le corresponde, no dejarse devorar por el trabajo
	<b>Descubrir</b> el anhelo de intimidad conyugal, sin pretexto de cansancio o dolor de cabeza
	<b>Enmascarar</b> los disgustos al llegar a casa para no contagiar
	<b>Escuchar</b> las nimiedades, tiene entidad porque son sus "cosas".
	No <b>desprestigiar</b> nunca al otro cónyuge ante los hijos o amigos
	<b>Querer</b> al cónyuge más que a todos los hijos juntos y demostrarlo
	<b>Reconciliarse</b> , no irse a la cama después de alguna bronca sin haber hecho las paces
	<b>Recordar</b> el día del santo y el cumpleaños, para dedicarle una mayor atención
	<b>Secundar</b> sin preocuparse tanto de quién manda, enorme libertad que hace falta para <b>atarse</b>
<b>Sorprender</b> con algo "no programado" que rompa la rutina	
<b>Telefonar</b> a la madre del otro cónyuge para decirle alguna cosa amable	
Instrumentos	Historia Clínica
	Cuestionario áreas conyugales / Genograma
	Test Rasgos Personalidad IPDE (DSM-IV) / Rastreo de personalidad
	Escala autoaplicada para evaluación de la Depresión de Beck/ Cuestionario sobre síntomas de ansiedad
	Test Afectividad/ Test Asertividad
	Evaluación Multifuente



## Conclusiones

La principal conclusión sacada de la consulta de relaciones familiares en el IVAF, es la importancia de realizar una tarea preventiva en la familia y la escuela. Sabemos que el ámbito privilegiado para transmitir una profunda educación para el amor es el hogar, a través del testimonio de los padres. Para aquellas familias en las que se vive bien este aspecto, subrayar que se haga desde una auténtica y verdadera alegría, no como una imposición o límite externo, sino con la seguridad de quien sabe que es la mejor manera de ser feliz.

En la familia, la corrección de temperamentos difíciles y el control del propio carácter, se puede hacer de manera lúdica. En esta tarea cuentan con la inestimable ayuda del tutor del colegio de sus hijos, figura significativa que ejerce un segundo rango de influencia. El dominio personal, la búsqueda de la normalidad dentro del propio temperamento y personalidad, capacita para establecer relaciones auténticas, amorosas y estables. Gran parte de las consultas en el terreno familiar cuya demanda surge de problemas en la comunicación sexual, las evitaríamos con esta auténtica labor de prevención. La educación de la sexualidad desde el reconocimiento de la fertilidad que se imparte en el programa *SABE Educadores y Escolares* del IVAF constituye una prevención adecuada, brinda una estupenda ayuda a los padres y profesores así como a los propios niños y adolescentes quienes se plantean como fruto de las sesiones, con ayuda de sus padres y profesores, cómo pueden mejorar y lo intentan y van adquiriendo las virtudes por amor, para hacer felices a los demás y prepararse para conformar una familia lo mejor posible.

## Bibliografía

- Cohen, Richard (2012) *Comprender y Sanar la Homosexualidad* Ed: LibrosLibres  
 Gervilla, E. (Coord) (2003) *Educación familiar* Ed. Narcea, Madrid:  
 Irala, J. y Gómara, I. (2012) *Pautas para una educación afectivo-sexual*. Ed: Universitas.  
 Isaacs, D. (2003) *La educación de las virtudes humanas y su evaluación* Ed: EUNSA  
 Lewis, C. S (1996) *Los cuatro amores* Ed. Ed. Rialp  
 Pérez-Soba J.J. *El corazón de la familia* (2008) Ed: Facultad de Teología San Dámaso  
 Polaino- Lorente, A. (2004) *Familia y autoestima* Ed Ariel  
 Polaino- Lorente, A. (2007) *Diez principios relevantes para la mejora de la familia en el siglo XXI* Ed CEU  
 Rico Iribarne, J.J. (2011) *Comprometerse con el amor auténtico: las claves del matrimonio* Ed. Palabra  
 Rojas, E. (2008) *El amor inteligente* Ed: Temas de Hoy  
 Wojtyla Karol (2011) *Amor y responsabilidad* Ed Palabra

## Anexos

- 1: Ficha 1ª entrevista
- 2: Rastreo psicológico
- 3: Áreas de relación conyugales

## Anexo 1: Ficha 1ª entrevista

MATRIMONIO O PAREJA

1ª visita

Ref	Fecha
Nombre	
Edad	
Profesión	
Domicilio	
Teléfonos	

Relación entre ellos

Fecha de inicio

Nombre y edad de los hijos =

Otros matrimonios o parejas

Hijos de anteriores uniones

Otras Personas a su cargo

Intervenciones de otros profesionales

**Grado de compromiso con la terapia** (Bajo-Medio-Alto) El/ Ella

Historia de la pareja (Cómo se conocieron, qué les enamoró, tiempo de noviazgo, problemas durante el noviazgo, por qué se casaron, etc.)

ENTREVISTA CON ÉL/ELLA

Quejas o motivo de la consulta

Otros problemas individuales

Relaciones con su familia de origen

**Qué espera de la consulta**

Perfil de su pareja ideal (de 8 a 10 rasgos)

Rasgos (tanto físicos como psicológicos)	pareja ideal	pareja propia
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		
6.		
7.		
8.		
9.		
10.		

Interpretación del problema por mi parte

Objetivos

Trabajo propuesto

Observaciones

Hora de inicio:

Hora de fin:

Próxima visita:

## Anexo 2: Rastreo psicológico

- Retrato de mi personalidad: ¿Cómo soy, cómo es mi forma de ser?
- Pequeño retrato autobiográfico: infancia, adolescencia, primera juventud, etapas adultas, temprana y tardía... hasta este momento
- Principales influencias en mi vida y en mi personalidad
- Traumas vividos: impactos emocionales que han dejado una huella importante en mi vida
- Cambios en la personalidad: qué le quitaría y qué le añadiría para alcanzar un mayor equilibrio psicológico.
- Relación con los miembros de la familia con la que se convive (padre, madre, mujer, marido, hermanos, hijos...)
- Objetivos a corto y medio plazo
- Psicofármacos tomados hasta el momento, efectos generales, secundarios y duración de dicha administración. Incompatibilidad con algún medicamento.
- Relato de las actividades en un día normal y en un fin de semana
- Aficiones y círculo de amistades

### Anexo 3: Áreas relación

Nombre

Fecha

<b>COMUNICACIÓN</b>	Casi nunca	A veces	Bastante	Casi siempre
¿Le gusta comentar las cosas con él/ ella?				
¿Explica a su pareja las cosas que le preocupan?				
¿Le escucha su pareja con atención?				
¿Le interesa lo que él/ella le explica?				
¿Escucha los consejos de él/ella?				
¿Le mira él/ella cuando le habla?				
¿Encuentran a diario un rato para charlar?				
¿Llegan a un acuerdo tras una discusión?				
¿Le gustaría tener más tiempo para hablar con él/ella?				
¿Es usted sincero con él/ella?				
¿Se siente satisfecho después de hablar con él/ella?				
¿Cree usted que su comunicación es buena?				
¿Cree usted que su comunicación es suficiente?				
¿Se siente usted cómodo/a hablando con ella/él?				
¿Se apoyan entre sí cuando comentan cosas con otras personas?				
¿Apoya lo que él/ella ha dicho a sus hijos?				
¿Apoya él/ella lo que usted ha dicho a sus hijos?				
¿Cree usted que ceden por igual ante una discusión?				
¿Cree que son capaces de llegar a un acuerdo y respetarlo?				
¿Se siente usted cómodo con la mirada, el volumen y tono de voz con				

<b>DEMOSTRACIONES DE AFECTO</b>	Casi nunca	A veces	Bastante	Casi siempre
¿Su pareja le besa?				
¿Es cariñoso con usted?				
¿Le deja él/ella conocer sus sentimientos?				
¿Se da cuenta si usted está triste, preocupado/a?				
¿Le hace saber él/ella lo que le ha disgustado?				
¿Le perdona ella/él sus fallos?				
¿Se disculpa él/ella cuando se ha equivocado?				
¿Le prepara él/ella sorpresas?				
¿Le echa usted de menos cuando él/ella está ausente?				
¿Le gustan las atenciones que recibe de él/ella?				
¿Le gusta cómo él/ella se arregla?				
¿Le elogia él/ella cuando usted se arregla?				
¿Le pregunta él/ella cómo le ha ido el día?				
¿Recuerda él/ella su aniversario?				
¿Le ayuda él/ella a sentirse cómodo cuando usted no conoce a la				
¿Le llama él/ella por teléfono sólo para decirle «¡hola!»?				
¿Se arregla usted para gustarle?				
¿Le apetece a usted prepararle sorpresas?				
¿Le apetece estar con él/ella?				
¿Le agradece él/ella sus detalles?				

<b>RELACIONES SEXUALES</b>	Casi nunca	A veces	Bastante	Casi siempre
¿Le satisface su vida sexual?				
¿Le satisface la frecuencia de relaciones que mantienen?				
¿Se dan a conocer sus deseos durante la relación sexual?				
¿Le satisface la duración de sus relaciones sexuales?				
¿Le gusta cómo él/ella le acaricia?				
¿Le gusta cómo se comporta él/ella durante sus relaciones sexuales?				
¿Le gusta cómo él/ella responde a sus peticiones de tipo sexual?				
¿Tiene usted ganas de mantener relaciones sexuales?				
¿Se excita durante sus relaciones sexuales?				
¿Llega al orgasmo en sus relaciones sexuales?				
¿El coito es agradable para usted?				
Cuándo surgen problemas sexuales, ¿suelen hablar de ello a fin de buscar soluciones?				

<b>FILOSOFÍA DE LA VIDA</b>	Casi nunca	A veces	Bastante	Casi siempre
¿Cree que el tipo de vida que llevan le permite a usted evolucionar como individuo?				
¿Suelen enriquecerse mutuamente al exponer sus ideas ético religiosas?				
¿Suelen disfrutar ambos al comentar cuestiones sociopolíticas?				
¿Comparten un interés parecido hacia las amistades que frecuentan?				
¿Están de acuerdo cuando planifican o prevén las necesidades futuras?				
¿Les suelen entusiasmar situaciones parecidas?				
¿Mantienen un nivel de actividad satisfactorio para ambos?				
¿Disfrutan ambos planeando sus salidas, sus vacaciones, las diversiones conjuntas?				
¿Están los dos de acuerdo en el tipo de vida que llevan?				
¿Le resulta un aliciente que él/ella le plantee planes imprevistos o no prefijados?				

<b>ECONOMÍA Y GASTOS</b>	Casi nunca	A veces	Bastante	Casi siempre
¿Está usted a gusto con la actual organización económica de su casa?				
¿Acostumbran a ponerse de acuerdo en cómo gastar un dinero extra?				
¿Suele disponer de dinero para sus gastos personales?				
¿Es responsable su cónyuge en lo que respecta al dinero?				
¿Está usted a gusto con la cantidad que cada uno aporta a la economía doméstica?				
¿Se siente usted libre para decidir cómo gastar un determinado dinero?				
¿Su relación está libre de problemas económicos graves?				
¿Está su cónyuge satisfecho respecto a cómo administra usted el dinero?				

<b>ECONOMÍA Y GASTOS</b>	Casi nunca	A veces	Bastante	Casi siempre
¿Suelen ponerse de acuerdo acerca de las pautas educativas a seguir?				
¿Colaboran ambos en la aplicación de dichas pautas?				
¿Intentan dedicar un rato a diario a charlar con sus hijos?				
¿Disfrutan de actividades de ocio todos juntos al menos una vez por semana?				
Cuando hay que tomar una decisión importante (escuela, asistencia médica, etc.) ¿suelen ponerse de acuerdo?				
¿Cree usted que su cónyuge dedica suficiente tiempo a sus hijos?				
¿Respeta y apoya su cónyuge sus decisiones ante los hijos?				
¿Considera usted a su cónyuge un buen padre/madre?				
¿Es compatible para usted el cuidado y educación de los hijos y la dedicación a la pareja?				
¿Cree que el cultivo de su vida de pareja es tan importante como la educación de los hijos?				

<b>TAREAS DOMÉSTICAS</b>	Casi nunca	A veces	Bastante	Casi siempre
¿Comparte las responsabilidades y tareas del hogar?				
La distribución de tareas en casa, ¿se hace en función del tiempo disponible de cada uno?				
¿Cree que su pareja es competente en las tareas que le corresponden?				
¿Le expresa su pareja su satisfacción por la forma en que usted lleva a cabo su parte en las tareas?				
El reparto de las tareas domésticas, ¿se ha ido actualizando en función de los cambios que van ocurriendo?				
¿Está usted satisfecho del actual reparto de responsabilidades domésticas?				

<b>TIEMPO DE OCIO</b>	Casi nunca	A veces	Bastante	Casi siempre
¿Está usted satisfecho/a con la cantidad de tiempo que dedican al ocio?				
¿Le gustan a usted el tipo de actividades que suelen realizar en su				
¿Suelen planear juntos las actividades para el tiempo libre?				
¿Considera que sus ratos de ocio son suficientemente variados?				
¿Dispone usted de tiempo para dedicarse a sus hobbies personales?				
¿Intentan satisfacer los gustos y aficiones de cada uno cuando planean su tiempo libre?				
¿Acostumbran a hacer las vacaciones juntos?				
¿La vida en común le ha resultado compatible con el mantenimiento de sus aficiones preferidas?				

<b>AMISTADES</b>	Casi nunca	A veces	Bastante	Casi siempre
¿Está usted satisfecho con las amistades que frecuenta?				
¿Está usted de acuerdo en el tiempo que dedican a encontrarse con sus amigos?				
¿Le gusta a usted el comportamiento de su pareja cuando están con sus amigos?				
¿Le complacen las actividades que suelen realizar cuando salen con sus amigos?				
¿Considera usted que la relación que mantienen con las amistades actuales ayuda a enriquecer su relación de pareja?				
¿Su pareja acepta a sus amistades personales?				
¿Se siente usted cómodo con los amigos de su pareja?				

<b>RELACIÓN CON FAMILIARES PRÓXIMOS</b>	Casi nunca	A veces	Bastante	Casi siempre
¿Está satisfecho con la relación que mantiene con su familia?				
¿Cree que su compañero/a dedica a su familia el tiempo necesario?				
¿Ve a su familia cuando lo desea?				
¿Ve a la familia de él/ella cuando lo desea?				
¿Están de acuerdo acerca del trato a dispensar a sus familiares respectivos?				
¿Le parece bien la frecuencia con que él/ella ve a su propia familia?				
¿Se siente usted aceptado por la familia de él/ella?				
¿Están de acuerdo con los favores que pueden dispensar a su familia?				
¿Están de acuerdo en los favores que reciben de la familia?				
¿Están de acuerdo con la frecuencia en que sus familiares les visitan?				