

## CONFLICTOS DE PAREJA, FORTALEZAS DE LA FAMILIA

Me permito facilitar algunos datos concretos de la evolución de la familia en Europa para centrar mi breve intervención. Los he extraído del informe de IPF relativos a la evolución de los matrimonios en el año 2008<sup>1</sup>.

1

- Cae la **nupcialidad** en Europa: de una tasa de 6,75 en 1980 bajamos al 4,85 en el 2006. En España el descenso no es tan grande como en el Reino Unido o Portugal
- Los europeos **se casan** cada vez más tarde: a los 23 años las mujeres en el año 1980 a los 28,8 en 2005 y de los 26 años a los 31,23 los varones
- Los niños europeos **nacen cada vez más fuera del matrimonio**: el 8,8% en 1980 y el 33,9% en el 2006. En algunos países como Suecia, Bulgaria y Francia se producen más nacimientos fuera del matrimonio que dentro
- La **ruptura matrimonial** ha aumentado en más de un 50% desde 1980 al 2006: en Europa se rompe un matrimonio cada 30 segundos. En España el

---

<sup>1</sup> INSTITUTO DE POLITICA FAMILIAR (2008). *Evolución de la familia en Europa 2008*.

divorcio ha crecido un 290% en los últimos 10 años y es el país europeo con mayor crecimiento.

- En Bélgica, Luxemburgo y España por cada tres matrimonios que se forman se rompen dos
- Los matrimonios que se rompen tenían en Europa el año 2006 una **duración media** de 13 años, de 13,9 en España

2

O sea que a la pregunta de si se rompe demasiado pronto creo que podemos contestar que, comparativamente, sí. No sé si lo hacen sin pensar en los hijos pero puedo afirmar –por mi experiencia a lo largo de estos 18 años de mediación familiar- que con mucha frecuencia la bipolarización del conflicto de la pareja hace que desaparezcan los terceros del campo de batalla, también los hijos.

*Intento centrarme en este breve escrito en soluciones, factores que puedan colaborar a mejorar la “fortaleza” de las familias y, por tanto, también de las parejas, con la pretensión de que ayude a los grupos de convivencia a cumplir sus objetivos, y, entre otras cosas, evitar rupturas matrimoniales innecesarias. Y, claro está, a evitar que el conflicto se torne en violencia*

Desde el modelo sistémico los estresores de las familias tienen que ver tanto con el sistema “ad intra” (convivencia, crianza...) como con la relación del sistema “ad extra”, con su suprasistema, (relación con la escuela, con los vecinos y otras instituciones...).

Dichos estresores están muy ligados a las transiciones ecológicas de la familia a lo largo de su ciclo vital, tanto las transiciones normativas (casarse, tener un hijo, muerte de un abuelo...) como las transiciones disruptivas, impredecibles (como la muerte de un ser querido cuando “no tocaba”).

El eje de la intervención psicosocial creo que hoy en día no está tanto en incidir en “los fallos de la familia para enfrentarse (cope with) a estresores” cuanto en “cómo ayudar a las familias a cumplir sus objetivos desde sus potencialidades”: parece que hay una reciente voluntad por parte de un creciente número de interventores en familias en pasar de la acción terapéutica o social –psicosocial- sobre patologías y déficits de las familias usuarias, a la ayuda para que desarrollen capacidades y potencialidades que ya tienen para superar las obligaciones y adversidades de sus vidas.

Aplicado a las familias este paradigma es clásico. Olson fue tal vez el que más difusión le ha dado en el campo de la intervención familiar sistémica con su Modelo Familiar Circunflejo<sup>2</sup>, tema retomado recientemente desde un nuevo encuadre<sup>3</sup>

Más recientemente DeFrain<sup>4</sup> sintetiza esta nueva tendencia de intervención sobre las familias en 10 proposiciones que ofrecen un nuevo paradigma sobre el cual planificar la acción:

- *Todas las familias tienen sus fortalezas*
- *Si sólo buscas problemas en las familias, solo encontrarás problemas*
- *No se trata de la estructura familiar sino de su función (dinámica)*
- *Si creces en una familia potente (empoderada) cuando eres niño, seguramente crearás una familia potente cuando seas adulto.*
- *Las fortalezas necesitan tiempo para desarrollarse*

---

<sup>2</sup> OLSON, D.H., SPRENKEL, D.H. y RUSELL, C.S. (1970) “Circumflex model of marital and family systems”. Journal of Family. Therapy 22: 144-167.

<sup>3</sup> OLSON, D.H. y DeFRAIN, J. (2000), *Marriage and the family: Diversity and Strengths*. Mayfield, Mountain View, California

<sup>4</sup> DeFRAIN, (1999): “Global Perspectives on Strong Families” *University of Nebraska-Lincoln*, EEUU. en: [unlforfamilies.unl.edu/satellite/doc/Global\\_Perspectives\\_on\\_Strong\\_Families.doc](http://unlforfamilies.unl.edu/satellite/doc/Global_Perspectives_on_Strong_Families.doc) extraído el 6 octubre 2008

- *Las fortalezas se ponen a prueba en las transiciones familiares normativas*
- *Las cosas buenas toman su tiempo*
- *Las crisis pueden romper a las familias*
- *Las fortalezas de las familias son la base de crecimiento positivo y cambio en el futuro*
- *La mayor parte de las familias en todo el mundo tienen una potencia considerable*
- *Las familias son básicamente emoción, potente emoción*

Tal vez el constructo más cercano a esta aproximación sea el de “resiliencia” (resilience). De hecho es un concepto tomado de la física que lo entiende como la elasticidad de un material, la resistencia que un metal ofrece para oponerse a la rotura por choque o presión.

En el contexto<sup>5</sup> del desarrollo humano –particularmente dentro del paradigma sistémico-ecológico- el término resiliencia se utiliza para designar la capacidad de las personas o de los grupos humanos para resistir la desadaptación y dar una respuesta positiva a los factores

---

<sup>5</sup> BONNANO, G.A. (2004).”Loss, Trauma and Human Resilience: Have we underestimated the Human Capacity to Thrive After Extremely Aversive Events?. *American Psychologist*, vol. 59, No.I, 20-28, en [http://www.nh.gov/safety/divisions/bem/behavhealth/documents/loss\\_trauma.pdf](http://www.nh.gov/safety/divisions/bem/behavhealth/documents/loss_trauma.pdf)

estresantes de su entorno, especialmente en experiencias con riesgo.

Para algún autor es un término asimilable a “entereza”<sup>6</sup> y se utiliza como base para dinamizar las potencialidades de la persona y sus valores.

Aunque utilicemos un concepto nuevo se conoce desde siempre como la capacidad de las personas y los grupos para resistir la adversidad.

Uno de los estudios que me parecen interesantes sobre el tema de la resiliencia familiar, es el “Proyecto de Fortalezas Familiares”<sup>7</sup>, resumido por Simone Silberberg<sup>8</sup>. Los encuestados pudieron elegir los enunciados (statements) de sus comportamientos considerados por ellos mismos como “fortalezas”<sup>9</sup>, posteriormente analizados y resumidos por los investigadores. La lista de palabras-clave elegidas es la siguiente:

---

<sup>6</sup> WALSH, F. (1998). “El concepto de resiliencia familiar: crisis y desafío” *Revista Sistemas Familiares*, año 14 n° 1, Buenos Aires

<sup>7</sup> El Family Strengths Project fue iniciado en el año 1999 por el Family Action Centre, con la colaboración de la Universidad de Newcastle, dirigido por John DeFrain, y financiado por el Departamento Federal Australiano de Servicios Familiares y Comunitarios. Participaron en el estudio 782 voluntarios y 33 familias.

<sup>8</sup> SILBERBERG, S. (2001). “Searching for family resilience” *Family Matters*, n° 58, Otoño 2001

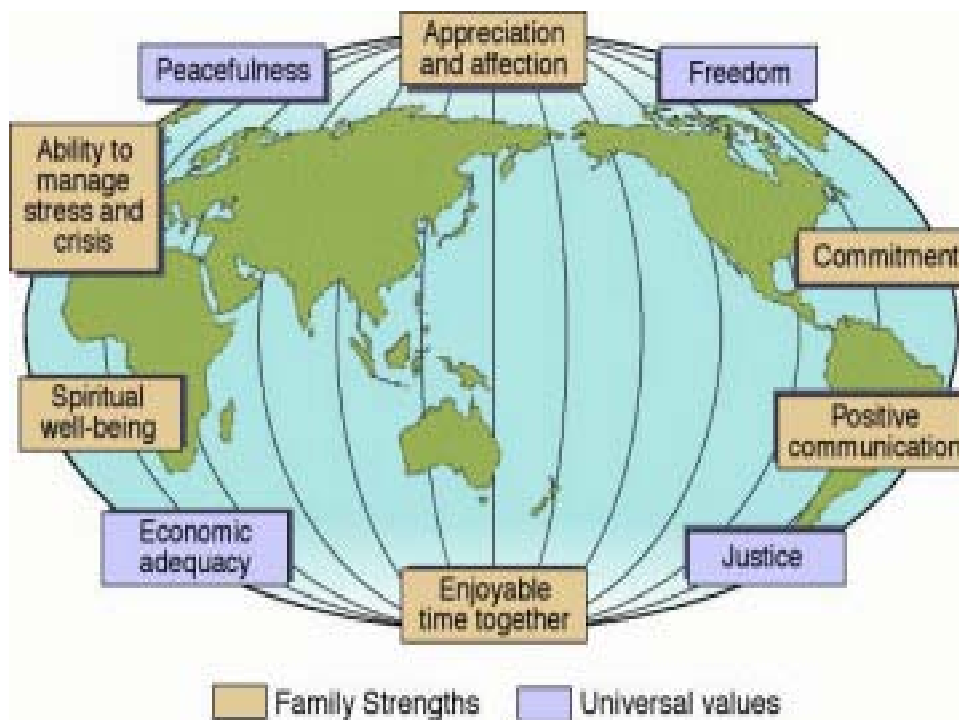
<sup>9</sup> Utilizo este término intentando acercarme al término angloajón “strengths”

<b>APRECIO Y CARIÑO (Appreciation and Affection)</b>	<b>COMPROMISO (Commitment)</b>
Cuidarse mutuamente (support)	Confianza
Amistad	Honradez , Franqueza (Honesty)
Respeto por la individualidad	Fiabilidad (Dependability)
Actitud de juego (Playfulness)	Fidelidad. Lealtad (Faithfulness)
Humor	Capacidad de compartir (Sharing)
Sentimiento de estar juntos (Togetherness)	Aceptación mutua
<b>COMUNICACION POSITIVA (Positive Communication)</b>	<b>DISFRUTAR JUNTOS DE TIEMPO LIBRE (Enjoyable Time Together)</b>
Compartir sentimientos	Calidad y cantidad de tiempo “Las cosas buenas toman su tiempo”
Utilizar cumplidos (compliments)	Disfrutar de la mutua compañía
Evitar darse las culpas	Buenos momentos sencillos
Capacidad de compromiso	Compartir diversiones
Aceptar el desacuerdo (Agreeing to disagree)	
<b>BIENESTAR ESPIRITUAL (Spiritual Well-Being)</b>	<b>HABILIDAD PARA GESTIONAR CON EFICACIA EL ESTRÉS Y LAS CRISIS</b>
Esperanza	Adaptabilidad
Fe	Considerar la crisis como oportunidad de cambio y crecimiento
Compasión	Creer en la crisis conjuntamente
Compartir valores éticos	Apertura al cambio
Sentimiento de pertenecer a la humanidad	Resiliencia

Los autores de este reciente estudio proponen un común denominador, una interconexión entre todas las fortalezas descritas: la *conexión emocional positiva*, entendida como la vinculación afectiva entre los

miembros de la familia y la auténtica preocupación de cada miembro por el bienestar de los demás.

DeFrain combina estos elementos con el constructo de Boulding<sup>10</sup> de “valores universales”, con el intento de encontrar “fortalezas” familiares válidas en cualquier cultura que comparta algunos postulados sociales básicos, concretamente la paz, la libertad, la suficiencia económica y la justicia.



DeFRAIN (2007): *Strengths-Based Research and Perspectives: Strong Families Around the World*. Routledge  
(Ilustración de Amie DeFrain y Gary Goodding)

---

<sup>10</sup> BOULDING, K. (1985): *Human Betterment*. Beverly Hills, CA: Sage



El último punto de las fortalezas familiares hace referencia a promocionar habilidades para gestionar con eficacia el estrés y las crisis familiares. Es en este espacio dónde la mediación familiar tiene un papel importante, mediación familiar que se ha probado eficaz no sólo para gestionar los conflictos propios de la separación y el divorcio sino en muchos otros temas familiares controvertidos.

Al poco tiempo de empezar a conocerse un poco la mediación familiar en España, hacia finales de los años 80 principios de los 90, el arzobispo de Valencia (no recuerdo su nombre) dijo algo así como “bienvenida sea la mediación familiar: ayudará a nuestras familias a no romper”. Los mediadores noveles –todos éramos y seguimos siendo nuevos en el oficio- sonreímos diciendo: “parece que el arzobispo no sabe que la mediación familiar es para cuando ya han decidido romper”.

Han pasado los años y creo que el arzobispo tenía razón: la iglesia es vieja y sabia... Estamos utilizando la mediación familiar para ayudar a las parejas a resolver sus conflictos y adquirir “resiliencia” incluso cuando no se plantean el divorcio. Pienso en los casos en que los mediadores y mediadoras intervenimos en conflictos de convivencia entre los padres y un hijo adolescente (la

adolescencia se puede prolongar hasta los 40, ¡sobre todo en varones!) o en las discusiones sobre adoptar o no adoptar, o qué hacer con el abuelo que se ha quedado sólo...

Leticia García Villaluenga resume muy bien en su reciente libro<sup>11</sup>, la literatura actual sobre las especificidades de los conflictos familiares, relacionándolos con las diversas fases del ciclo vital de la familia. Debemos estar ahí para ayudar a que hablen, ¿quién lo hará si no?



**"Brad, we've got to talk."**

*("Manolo, tenemos que hablar...")*

---

<sup>11</sup> GARCÍA VILLALUENGA, .L. (2006): Mediación en conflictos familiares: una construcción desde el derecho de familia. Editorial Reus, S.A., (Madrid)