

Tejiendo lazos familiares. Una apuesta a la convivencia.

Las relaciones de pareja presentan muchos altibajos. Hay días y épocas color de rosa y otros donde no faltan los conflictos. En un ambiente tenso los malentendidos florecen y los conflictos se desarrollan con rapidez; algunos que, por desgracia, desembocan en violencia disimulada o abierta.

Por fortuna hay familias que buscan recomponer los lazos familiares maltrechos. Que desarrollan la capacidad de armarse de valor para llegar a acuerdos donde a todos se les reconozcan sus derechos y donde todos se responsabilizan de sus deberes y aceptan límites a sus acciones. Familias donde no existen diferencias desventajosas ni discriminación en razón del género, donde los conflictos encuentran cauces no agresivos para regularse. Parejas y hogares que logran crear un clima afectuoso para sus relaciones. Estos ambientes calurosos constituyen en realidad espacios propicios para el aprendizaje de la convivencia creadora y satisfactoria en la infancia.

Convivir, entre los seres humanos, quiere decir: vivir en compañía de una o más personas. Esta definición que parece simple tiene profundas implicaciones. Por un lado, nos está indicando que el conocimiento de la otra persona y la relación que establecemos con ella son parte constitutiva del convivir. Por otro lado, que para convivir necesitamos expresar lo que pensamos y sentimos a las otras personas. Que vivir con otros es compartir no sólo ideas y opiniones, sino también emociones, propósitos, sueños, angustias, alegrías y dolores.

Para fomentar una cultura de convivencia en el entorno familiar es necesario que hombres y mujeres desarrollemos cinco capacidades:

(En recuadros, cada una de los cinco puntos)

1. La capacidad para relacionarnos con los demás, esto es, para establecer lazos y saber entrar en sintonía con otras personas, lo que implica que comprender y ser comprendido. Para convivir es necesario, entonces, colocarnos en los zapatos de los demás. El pensador colombiano Estanislao Zuleta, expuso en una ocasión un principio racional con implicaciones emocionales que nos viene como anillo al dedo. Dijo: " (Es necesario) pensar en el lugar del otro. No en lugar de, sino en el lugar de". Quiere decir que en los conflictos, es necesario pensar y reconocer que la otra persona puede tener la razón o parte de ella. En este sentido, en la familia es de gran importancia respetar el punto de vista de la pareja y no descalificarla de antemano o por el prejuicio que la otra persona tiene menos edad, es del "sexo débil" o "no aporta económicamente a la casa".

2. La capacidad para comunicarnos e intercambiar ideas y conceptos, emociones, placeres y disgusto con los demás. Un autor mexicano expresó en una ocasión: la comunicación es a la convivencia lo que el corazón al cuerpo. Esto exige confianza mutua y supone que las dos o más personas hablen el mismo lenguaje, que puedan y sepan interpretar los signos de ese lenguaje. Si no se habla el mismo lenguaje, surgen de inmediato los malentendidos. A

veces, durante un conflicto familiar, la comunicación se maximiza en el peor de los sentidos. Sucede cuando o una de las personas habla y no escucha, o cuando se discute por infinidad de problemas hasta los más insignificantes. Se llega a un nivel de saturación que entorpece tomar un camino hacia la reconciliación.

3. La capacidad de controlar y regular las acciones y emociones de manera apropiada. Si nos dejamos llevar por los impulsos o la rabia, estamos a un paso de agravar una situación y generar violencia. Hay que saber hablar de los errores y debilidades sin que sea motivo de violencia. Si en un conflicto se asumen actitudes extremas e irreconciliables la tensión aumenta y crece la dificultad de resolverlo adecuadamente. Para el autocontrol se requiere cultivar el sentido de tolerancia, que no es otro que el comprender y saber escuchar. La tolerancia no es sinónimo de complacencia con hechos o comportamientos que conducen a la violencia.

4. La capacidad de cooperación, de armonizar las necesidades propias con las de los demás. Es el núcleo de la con-vivencia: Vivir en compañía es casi como decir: vivir en comunidad, donde todos y todas tienen acceso, por igual, a las oportunidades y beneficios. Muchas personas piensan: primero yo, segundo yo, tercero.... El cultivo del egoísmo es un mal paso para la convivencia. El amor al interior de la familia tiene su máxima expresión cuando se desarrolla la capacidad de cooperación, la cual abre la puerta a la solidaridad.

5. La capacidad de autoestima o de valorarse a sí mismo y defender la dignidad de modo que el autocontrol y el amor no se distorsionen haciendo concesiones al violento. Elevar el nivel de autoestima se consigue afrontando sin miedo y temor las situaciones de violencia sin caer en actitudes que desdigan de la dignidad humana. Ser valiente, por tanto, no es ser violento. En otras palabras, el hecho de no ser cobarde no tiene por qué traducirse en hechos de violencia, al contrario, la cobardía con frecuencia se ha transformado en sinónimo de violencia.

Estas cinco capacidades, no como posibilidad sino como realidad, generan un ambiente de confianza, sinceridad y seguridad que permiten al agresor caer en cuenta que su actitud es destructiva y que con ella tiene mayores pérdidas que ganancias. Y a la persona agredida saber que la convivencia, no es una utopía sino una forma de vida que puede construirse socialmente, donde no se hacen concesiones a la violencia, donde la dignidad y el amor no están contrapuestos y donde existen derechos irrenunciables como el uso de los mecanismos legales para protegerse de un laberinto de violencia que parece no ofrecer salida.

La información de estos Pizarrones puede ser usada citando la fuente.