



Capítulo 7

DESARROLLO HUMANO

Desafíos y propuestas para el Trabajo Social



PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL PERÚ

FACULTAD DE TRABAJO SOCIAL

FONDO EDITORIAL 2003

Primera edición: enero de 2003

*Temas de Desarrollo Humano.
Desafíos y propuestas para el Trabajo Social*

Copyright © 2003 por el Fondo Editorial de la
Pontificia Universidad Católica del Perú
Plaza Francia 1164, Lima 1
Teléfonos: 330-7410
Telefax: 330-7411
E-mail: feditor@pucp.edu.pe

Cubierta: Edgar Thays
Impresión: Editorial e Imprenta DESA S.A.

Derechos reservados, prohibida la reproducción de
este libro por cualquier medio total o parcialmente,
sin permiso expreso de los editores.

Depósito Legal: 1501052003-0242
ISBN: 9972-42-523-1

Impreso en Perú - Printed in Peru

LOS PADRES: ACTORES CLAVES EN EL PROCESO DE COMUNICACIÓN FAMILIAR*

*Nidia Aylwin de Barros***

Resumen

El presente artículo pretende abordar el tema de la comunicación familiar desde la perspectiva de las relaciones interpersonales. Caracteriza, en primer lugar, la comunicación en el ámbito de la familia; discute, en segundo lugar, el rol de los padres en el proceso de comunicación al interior de la familia; e identifica, por último, las principales fuentes de los problemas relativos a la comunicación al interior de las familias.

1. INTRODUCCIÓN

La importancia asignada a la comunicación en el ámbito de la familia es cada vez más creciente por diversas razones. La primera de estas es que la comunicación es uno de los procesos básicos a través de los cuales se expresa la dinámica familiar y se facilitan o dificultan, según sea su calidad, todos los otros procesos que vive la familia, desde el desarrollo de la identidad

* Ponencia presentada en la III Conferencia Iberoamericana sobre la Familia, San Leopoldo, Brasil, 1995.

** Asistente social, Magíster en Educación para el Trabajo Social, terapeuta familiar y profesora titular e investigadora de la Pontificia Universidad Católica de Chile, donde se ha desempeñado como Directora de la Escuela de Trabajo Social.

y la autoestima hasta la socialización de sus miembros en términos más amplios. La segunda es que existen grandes problemas de comunicación en las familias. La sociedad consumista, tecnolozada y competitiva en que vivimos restringe los espacios propicios para el diálogo familiar. La familia, predominantemente urbana, se ve sujeta a la creciente aceleración del ritmo de vida en ciudades aglomeradas y ruidosas, con jornadas de trabajo cada vez más exigentes y viviendas reducidas, en las que los pocos espacios de intimidad son invadidos por la televisión.

En este contexto, la relación interpersonal se empobrece con frecuencia y los miembros de la familia se comunican, primordialmente, en forma instrumental y, a veces, mecánica. Hay poca expresión de los afectos y escaso tiempo para dialogar al interior de la pareja y para que los padres se comuniquen con sus hijos. Se va produciendo, así, un alejamiento afectivo que lleva a no tener espacio para comunicar el mundo interior y a que las necesidades emocionales no sean satisfechas. Las dificultades de la vida cotidiana de las familias agravan aun más esta situación y se crea así un ambiente que favorece la fuga al exterior de sus miembros, con frecuencia a través de la infidelidad en la pareja y del alcoholismo y la drogadicción en los hijos. En las familias pobres, estos problemas se agudizan con frecuencia por la falta de redes de apoyo, políticas sociales y servicios públicos que aporten un ambiente nutridor para que la familia pueda satisfacer las necesidades básicas de sus miembros.

Paradójicamente, esta realidad se da en momentos en que estamos viviendo, en el mundo, un inmenso auge de las comunicaciones a través de medios cada vez más sofisticados y a los que todos procuramos tener acceso. Junto con ello, vamos aumentando, crecientemente, nuestro vocabulario técnico. Sin embargo, como dice May,¹ en nuestra época hemos ido perdiendo nuestro lenguaje para comunicarnos, unos a otros, los significados personales más profundos y, por eso, escondemos nuestra soledad y limitamos nuestra comunicación a los ámbitos en los cuales tenemos un lenguaje común: los asuntos domésticos de

¹ MAY, R. *El hombre en busca de sí mismo*. Buenos Aires: Editorial Central, 1982.

cada día, los problemas económicos, los cambios políticos, los programas de la televisión, etc.

En esta realidad, marcada por la modernidad y limitadora de las posibilidades de encuentro personal y de diálogo, es necesario ubicar el tema de la comunicación familiar y, dentro de ella, el papel específico que desempeñan los padres. Se podría abordar este tema en muchas formas, dada su complejidad y la cantidad de variables que lo configuran. La perspectiva que presentaré se focaliza en las relaciones interpersonales y refleja mi experiencia en el trabajo con padres y el aporte de autores que han enriquecido mi reflexión sobre esa experiencia.

Dividiré el desarrollo de esta exposición en tres partes: el sustrato básico de la comunicación familiar, los padres como modelos de comunicación en la familia y las fuentes de las dificultades en la comunicación.

2. EL SUSTRATO BÁSICO DE LA COMUNICACIÓN FAMILIAR

Si queremos centrarnos en la función de los padres en la comunicación, es necesario referirnos, en primer término, al proceso general de la comunicación familiar y al sustrato básico en que ella se da y que condiciona su desarrollo. Este sustrato es la atmósfera emocional de la familia.

Entendiendo a la familia como un sistema, sabemos que ella se define, fundamentalmente, por las relaciones interpersonales entre sus miembros. Las relaciones que entre ellos se establecen están marcadas, fundamentalmente, por los afectos; de ahí, su importancia. Esta realidad es la que lleva a Bowen² a identificar a la familia como un sistema emocional, dada la existencia, entre todos los miembros de la familia, de una estrecha interdependencia que los hace relacionarse recíprocamente; de modo que los pensamientos, sentimientos y conducta de cada miembro de la familia contribuyen y reflejan lo que está ocurriendo en la familia como un todo. Si bien su intensidad es variable, estos

² KERR, M. y M. BOWEN. *Family evaluation*. Nueva York: W.W.Norton & Co., 1988.

procesos emocionales de relación interpersonal están presentes en todas las familias, dando origen a la atmósfera emocional propia de cada una de ellas.

Desde la biología, Maturana³ confirma la importancia de las emociones como disposiciones corporales que determinan o especifican dominios determinados de acciones, y afirma que existe un fundamento emocional de lo racional. Lo humano se constituye así en el entrelazamiento de lo racional con lo emocional, y es la emoción la que nos conduce a la acción. De esta manera, no hay acción humana sin una emoción que la funde como tal y la haga posible como acto. Para este autor, diferentes acciones humanas están sustentadas en distintas emociones. La emoción, fundadora de un modo de vida basado en el estar juntos en interacciones recurrentes, es el amor. Esta emoción se define como el dominio de conductas en que se acepta al otro como legítimo otro en la convivencia. Esta idea destaca la importancia del papel que juegan las emociones en el sistema familiar.

Si visualizamos, además, a la familia como un sistema que cambia en el tiempo a través de las diversas etapas de la vida familiar, podemos percibir que este cambio está orientado por dos grandes tendencias o aspiraciones: la búsqueda de identidad de cada miembro de la familia y el desarrollo de la identidad familiar que se expresa en el concepto de *nosotros*. Si bien ambos procesos se dan conjuntamente y tienen dependencia mutua, en la vida cotidiana surgen problemas derivados del énfasis diferente que cada miembro de la familia les asigna. Típicamente, los padres se centran en la construcción del *nosotros*, mientras que los hijos enfatizan en la construcción su identidad individual.

Estos procesos se entienden como dos fuerzas vitales básicas que impulsan conjuntamente el desarrollo humano y que están enraizadas en la naturaleza, pues también se observan en los mamíferos superiores, particularmente los primates. La primera fuerza vital tiende a la separación e impulsa al niño, que va cre-

³ MATURANA, H. *Emociones y lenguaje en educación y política*. 8va. ed. Santiago de Chile: Dolmen Ediciones, 1995.

ciendo, a desarrollarse como una persona emocionalmente independiente y a ser un individuo con la capacidad de pensar, sentir y actuar por sí mismo. La segunda fuerza vital tiende a la unión e impulsa al niño y a su familia a permanecer conectados emocionalmente y a pensar, sentir y actuar como si fueran uno solo y en reacción recíproca. Las relaciones humanas más significativas están gobernadas por el juego entre estas dos fuerzas, de las cuales depende el desarrollo personal de los miembros de la familia.

Bowen llama diferenciación al proceso por el cual la individualidad y la unión son manejadas por cada persona al interior del sistema emocional familiar. Cada una de estas trata de compatibilizarlas idealmente, de modo que la individualidad no destruya la unión y que la unión no impida el desarrollo de la individualidad. En el proceso de diferenciación, la persona va adquiriendo capacidad para funcionar en forma autónoma al interior del grupo familiar, de modo tal que el mantenimiento de los vínculos afectivos no impida su crecimiento como individuo. Este funcionamiento autónomo requiere superar el excesivo vínculo de relación en el proceso emocional de la familia. En la misma familia, se pueden encontrar personas con niveles muy diferentes de diferenciación, y la familia, como tal, puede favorecer o limitar la diferenciación de sus miembros.

Entender la familia como un sistema emocional nos ayuda, de este modo, a caracterizar el sustrato básico en que se da la comunicación familiar y nos permite entender la complejidad emocional en la que ella se desarrolla. No se trata de negar la importancia de la racionalidad en la vida de la familia sino de reconocer que incluso las ideas y los pensamientos están influenciados por la atmósfera emocional en la cual ellos se manifiestan.

En la familia, podemos considerar, entonces, la comunicación como un instrumento para desarrollar las relaciones interpersonales entre sus miembros y, también, como un indicador de la calidad de esas relaciones y del ambiente emocional de la familia. Satir⁴ define la comunicación familiar como el intercam-

⁴ SATIR, V. *Relaciones humanas en el núcleo familiar*. México: Prensa Médica Mexicana, 1987.

bio de información significativa entre los miembros de la familia. Este intercambio de información significativa, que refleja la atmósfera emocional de la familia, se expresa tanto en la conducta verbal como no verbal y abarca una amplia gama de formas en que sus miembros intercambian información, incluyendo la que proporcionan, la que reciben y las formas en que la utilizan. Para esta autora, la importancia principal de la comunicación es que ella puede desarrollar y permite conocer el nivel de autoestima de cada uno de los individuos que conforman el grupo familiar. La autoestima está directamente ligada a los conceptos de identidad e individualidad y, por lo tanto, al proceso de diferenciación.

Sabemos que la familia se comunica permanentemente. Sus miembros no pueden dejar de comunicarse entre ellos recíprocamente. En la familia, se cumplen los dos grandes principios de la comunicación que, según Watzlawick,⁵ se dan en situaciones de interacción de dos o más personas: primero, que todo comportamiento que dichas personas efectúen tendrá valor comunicativo y no podrán evitar dicho intercambio aun cuando quieran intentarlo; y, segundo, que todo comportamiento influirá en los demás y les comunicará algún mensaje, y estos, a su vez, no podrán dejar de responder a tales mensajes. Así, en la familia, «una persona responde a otra, que responde a otra, que responde a la primera, que ya ha respondido a las respuestas de los otros a él, etc. Estas respuestas son ampliamente mediadas a través de canales auditivos y visuales: la gente responde al tono de voz, a las expresiones faciales, a las posturas del cuerpo, etc.».⁶

Lo que no debemos olvidar es que lo que se dice y lo que no se dice, lo que se responde y la forma cómo se hace, son reflejo de la atmósfera emocional de la familia. Ella constituye el contexto básico en que se da la comunicación entre sus miembros. ¿De qué depende esta atmósfera emocional? ¿Qué es lo que la condiciona? Bowen afirma que la atmósfera emocional de una familia está condicionada por dos grandes variables: el nivel de

⁵ WATZLAWICK, P., J. HELMICK, D. JACKSON. *Teoría de la comunicación humana*. Barcelona: Herder, 1981.

⁶ KERR, *op. cit.*, p. 10.

diferenciación de sus miembros y el nivel de tensión que exista en la familia.

Como ya vimos, el nivel de diferenciación se refiere a la medida en que la familia favorece la separación emocional de sus miembros en el grado y calidad necesarios para el desarrollo de la individualidad de estos. El nivel de tensión o ansiedad surge de dificultades internas asociadas con el nivel de diferenciación y de presiones externas o eventos estresantes a que es sometida la familia. Todas las familias experimentan diversas dificultades a lo largo de su ciclo vital. Cuando estas dificultades son visualizadas como amenazas reales o imaginarias, el nivel de ansiedad aumenta.

Dentro del complejo equilibrio del sistema emocional de la familia, las variables de tensión y diferenciación se relacionan, de modo que, a medida que la tensión aumenta, la diferenciación disminuye y viceversa.

Todos estos elementos confluyen y contribuyen a dar forma al proceso de comunicación familiar, en el que los padres tienen tal influencia que bien pueden ser identificados como los modelos básicos de la comunicación familiar.

3. LOS PADRES COMO MODELO DE COMUNICACIÓN

La sociología nos dice que la familia es la principal responsable de la socialización primaria que se desarrolla en los primeros años de vida de una persona. Davis⁷ afirma que la importancia estratégica de la familia, en la socialización, se basa en diversos factores, entre los que se destacan los siguientes:

- La familia es la primera instancia que recibe al niño. Este nace en la familia como un elemento socialmente virgen, más moldeable de lo que jamás volverá a serlo.
- La familia es el factor más persistente en la vida del niño y, por eso, su influencia es más profunda y perdurable.

⁷ DAVIS, K. *La sociedad humana*. Barcelona: Eudeba, 1965.

- La familia proporciona un sentido de identidad y de identificación mutua como un *nosotros* que actúa como elemento catalizador de la socialización, de modo que, cuanto más sentimiento de *nosotros* existe, menores son las barreras para la transmisión de actitudes y sentimientos.
- La familia está vinculada con la satisfacción de todas las necesidades del niño, desde las materiales a las espirituales. En este sentido, es importante por ser el lugar para las relaciones afectivas, lugar en el que se da y se recibe amor.

De este modo, «el hecho de que sea la primera institución, la más persistente, la más íntima y la más completa que trata con el niño, explica por qué la familia es tan esencial para la formación de la personalidad. Proporciona un sentimiento de seguridad esencial para la salud mental. Concede una constancia de actitud emocional y de respuesta social, una confianza respecto a la futura regularidad. Por eso, desempeña un papel tan importante en el equilibrio y el desequilibrio mental».⁸

En el ámbito de estas funciones, tan importantes en la socialización primaria, decir familia es decir padres. Los padres son los que reciben al niño, los que tienen mayor influencia en él, los que le aportan un sentido de identidad y pertenencia, los que están encargados de satisfacer sus necesidades materiales y afectivas. Los padres son los pilares básicos sobre los cuales está construida toda familia y, por este motivo, son los responsables de la socialización primaria y del desarrollo humano de sus hijos. El encuentro básico de un niño con sus padres y la calidad del vínculo emocional que lo une posteriormente a ellos son tan fundamentales, que lo marcarán, definitivamente, durante todo el transcurso de su vida.

Lo anterior nos permite afirmar que los padres son los arquitectos de la atmósfera emocional que impregnará posteriormente a sus hijos. En la familia, los padres transmiten en forma deliberada, verbal y no verbalmente, a sus hijos, ideas, creencias, valores, sentimientos y las conductas que esperan de ellos. Sin embargo, también lo hacen en forma no consciente, por estar

⁸ *Ib.*, p. 396.

inmersos en una cultura familiar particular y se convierten así en modelos que comunican emociones y comportamientos a sus hijos. Estos son internalizados con mayor fuerza que los declarados explícitamente en forma verbal.⁹

Julicin Marias destaca la importancia, en la comunicación, de lo que él denomina la función narrativa de los padres. Esta consiste en *contar cosas*. A través de este medio, los hijos van recibiendo los materiales con los que construirán su bagaje de referencias para edificar su vida a través de la vinculación con todo su pasado encarnado en sus padres y abuelos.

En la atmósfera emocional del sistema familiar, la comunicación adquiere un sentido muy especial porque es el medio privilegiado para el encuentro de las personas, su revelación y su enriquecimiento mutuo a través del diálogo. Esta potencialidad que posee el dialogo hace que Pablo VI lo defina como el arte de la comunicación de los espíritus (Pablo VI, Encíclica *Ecclesiam Suam*, 1964).

La comunicación entre padres e hijos empieza desde el nacimiento de estos. El niño no sabe hablar, pero se comunica no verbalmente con mucha fuerza. Los padres responden con cuidado, amor y dedicación, pero también pueden responder con sentimientos ambivalentes, en los que el amor se une a la angustia, el cansancio y el resentimiento. Habitualmente, acompañan estas acciones comunicativas con palabras y gestos de afecto y dan así inicio al desarrollo del lenguaje, que es una de las mayores contribuciones que la familia hace al desarrollo intelectual del niño.

El niño recién nacido es recibido por una pareja de padres que ha establecido un determinado modo de comunicarse y que ha creado un particular clima comunicativo. Este es el clima básico en el que se desarrollará la comunicación familiar, en que el niño aprenderá un particular modo de comunicarse y no otro, y los padres se constituirán para él en los primeros y más influyentes modelos de comunicación. Vilchez¹⁰ refuerza esta idea

⁹ REYES, C. y otros. *La conciencia moral sobre la familia. Aproximación a su realidad en Chile*. Santiago de Chile: Universidad Católica de Chile, 1994.

¹⁰ VÍLCHEZ, L.F. «Problemas de incomunicación en la familiar». En: VARIOS. *El conflicto generacional y la familia*. Madrid: Instituto Universitario de Matrimonio y Familia, 1987.

cuando destaca que, inicialmente, son los padres, con sus actitudes personales, su relación mutua, su postura ante los hijos, quienes crean el código comunicativo de la familia y también los posibles problemas en esa comunicación. Ellos marcan la pauta y, por eso, su influencia será siempre preponderante. Es por eso que, para este autor, la tarea comunicativa de los esposos debe ser diferente de la que estos mismos asuman como padres. El matrimonio, para él, es una comunicación cristalizada, que hay que entender en clave dinámica como algo que es necesario revivir cada día. Toda la familia se desarrollará a partir del clima de amor y comunicación que exista entre los miembros de la pareja y que esta, convertida en padres, transmitirá a sus hijos. Toda la familia se afectará cuando los padres no sean capaces de construir este clima.

4. LAS FUENTES DE LAS DIFICULTADES EN LA COMUNICACIÓN

Dada la frecuencia y magnitud de los problemas de comunicación en la familia, tendríamos ahora que preguntarnos cuáles son los factores que dificultan tan seriamente el desempeño de este papel o, en otras palabras, qué es lo que hace que nosotros los padres seamos con frecuencia tan deficientes maestros de comunicación, de modo que la calidad de la comunicación existente en nuestras familias es tan diferente al que esperábamos.

Lo primero que surge cuando se plantean preguntas de este tipo en grupos de padres es una reacción defensiva: «hemos hecho todo lo posible, pero no nos ha resultado»; «lo que pasa es que los hijos han cambiado y ya no quieren comunicarse con nosotros»; «se han ido alejando cada vez más y tenemos pocas cosas en común»; «ya no nos entendemos», etc.

En la mayoría de los casos, el problema se achaca a la otra persona: el hijo o la pareja. Cada padre tiende a considerar, prioritariamente, que los problemas de comunicación son causados por otros miembros de la familia y rara vez ve la conducta de esos miembros como reflejo de su propio funcionamiento en el sistema familiar. Esta visión de causalidad lineal, que es la más difundida entre nosotros, impide el desarrollo de la mirada interaccional, que

hace énfasis en la reciprocidad de las relaciones y en la causalidad circular al interior del sistema emocional de la familia.

Dado que los padres estamos tan involucrados emocionalmente en la familia, nos es especialmente difícil observar el proceso de influencia mutua al interior de ella con la suficiente objetividad. Lo que más nos cuesta es ver la parte que nosotros mismos desempeñamos en el funcionamiento de los otros. Así, las secuencias comunicativas las puntuamos, generalmente, a partir del otro, olvidando que los hijos responden a una atmósfera emocional que nosotros mismos hemos contribuido a crear y en la que permanentemente estamos influyendo en forma poderosa.

Volviendo a Bowen, recordemos que la atmósfera emocional de la familia se relaciona con el nivel de diferenciación y con el nivel de tensión o ansiedad. Este autor postula que el nivel de diferenciación y de manejo de la ansiedad se trasmite de padres a hijos, y de generación en generación, de modo que, mientras más diferenciados sean los padres, más promoverán la diferenciación entre ellos y entre ellos y sus hijos. A su vez, la mayor diferenciación y la menor tensión crearán una atmósfera emocional en la cual la comunicación se hará más fácil y auténtica.

El mayor amor que los padres podemos manifestar por un hijo consiste en apoyarlo para que desarrolle al máximo su personalidad, sus potencialidades y, en definitiva, su vocación de persona única en el mundo. La mayoría de los padres estamos de acuerdo con esta afirmación, pero tenemos grandes dificultades para que nuestra conducta sea coherente con ella. En lugar de acercarnos al hijo con una mirada libre para conocerlo y entenderlo, nos acercamos habitualmente a él con una mirada cargada por nuestros propios temores, tensiones y deseos. Tendemos así a ser excesivamente exigentes con ellos o a sobreprotegerlos, mostrando en nuestros actos, que dicen más que palabras, nuestra propia falta de confianza en ellos.

Pero así como ningún niño sobreprotegido puede desarrollar su autoestima, ninguno lo logrará por el hecho de verse excesivamente exigido; pues su autoestima solo proviene de la confianza, generalmente no verbalizada, en sus propias fuerzas y en sus cualidades innatas como ser humano. «Esta confianza se basa en el amor que sus padres sienten por él y en el convencimiento de ellos acerca de sus potencialidades. Lo que el niño necesita no es

sobreprotección ni impulso, sino ayuda para utilizar y desarrollar sus propias fuerzas y, sobre todo, sentir que sus padres lo consideran una persona en el ejercicio de sus derechos y que lo aman por su propia capacidad personal y por sus valores».¹¹

Al estar excesivamente involucrados emocionalmente con los hijos, los vemos como una prolongación de nosotros mismos y no nos es fácil reconocer a la persona única que cada uno de ellos es. Lo que más nos cuesta, habitualmente, es aceptar, en forma genuina, que son distintos a nosotros y respetar su individualidad.

Me parece importante recalcar, a esta altura de mi exposición, que identificar las dificultades que los padres experimentan en el desempeño de su papel no significa, de ningún modo, pretender que existen padres ideales que establecen una comunicación perfecta con sus hijos. El ser modelos de comunicación no se refiere a lo anterior, sino al hecho de que los hijos, a través de la imitación, aprenderán a comunicarse del modo que sus padres lo hagan, así como estos, a su vez, aprendieron a comunicarse en su familia de origen.

Lo que si quiero destacar es que los padres tenemos la responsabilidad de procurar que la calidad de la comunicación en nuestra familia sea la mejor posible. Somos humanos y, por tanto, imperfectos. En la realidad, no existe la familia ideal ni la comunicación familiar perfecta, pero esta verdad no nos exime de nuestra obligación de tratar de comunicarnos cada día mejor.

5. CONCLUSIÓN

Conociendo la importancia de la comunicación, los padres habitualmente se preocupan de este tema, tratan de saber más, asisten a conferencias, y siguen cursos. De este modo, buscan, sobre todo, *recetas útiles* para comunicarse mejor con sus hijos. Estas inquietudes son importantes y lo que en esas actividades aprenden les será sin duda útil, pero en mi opinión estarán, solamente, tocando la superficie del problema.

¹¹ MAY, *op. cit.*, p. 186.

Tengo la convicción profunda de que el proceso de mejorar la comunicación en la familia pasa, necesariamente, por el desarrollo de los padres como personas y se relaciona directamente con su proceso de diferenciación; porque, tal como lo hemos visto, la comunicación más que trasmisión de normas, hechos o acontecimientos, consiste en un encuentro entre personas que comparten lo que piensan, lo que sienten y, en último término, lo que son.

Mientras los padres se comuniquen con los hijos solo a nivel de los roles —desde el rol de padres al rol de hijos y viceversa— y no logren comunicarse también, con ellos, a nivel de personas, no se logrará aprovechar todas las potencialidades de la comunicación en la familia.

En una relación tan íntima como la que se establece al interior de la pareja y entre padres e hijos, nadie puede aportar lo que no es ni modelar lo que no vive. No esperemos que nuestros hijos tengan mayor autoestima, más congruencia y mayor capacidad de encuentro y de diálogo que la que nosotros tenemos. Nuestros hijos aprenderán a relacionarse de acuerdo con la calidad de las relaciones interpersonales que construyamos en la familia y transmitirán a su vez ese aprendizaje a las generaciones futuras.

De este modo, podríamos concluir que la tarea más importante de los padres en la comunicación familiar es un trabajo al interior de nosotros mismos, trabajo interior orientado a crecer en autoconocimiento, a identificar nuestros bloqueos personales a la comunicación y a buscar formas de superar estas dificultades. Así, aumentaremos nuestra capacidad de conocer a los demás y de comunicarnos genuinamente con ellos.

Este proceso permanente de autoconocimiento y de conexión con nuestro yo interno nos permitirá ser crecientemente conscientes del proceso emocional de la familia y desarrollar la habilidad de ser menos gobernados por la ansiedad y la reactividad emocional que impregnan el sistema familiar. Las personas que se comprometen seriamente en este proceso se convierten en seres humanos más potentes y desarrollan una mayor armonía entre sus sensaciones, pensamientos, sentimientos, deseos y acciones. Este logro, a su vez, ayudará a los hijos en su autoconocimiento y los apoyará en su propio proceso de diferenciación.

May señala que cuanto mayor conciencia de sí misma tiene una persona, tanto más puede adquirir la sabiduría de sus padres para hacerla propia. La única y gran sabiduría que nuestros hijos tienen derecho a esperar de nosotros es la de saber vivir. Y esa sabiduría surge, básicamente, de la forma como conjugamos en nosotros y en nuestras familias el impacto de las dos fuerzas vitales que previamente hemos señalado y que tan acertadamente gráfica Hodding Carter:

Hay dos legados perdurables que debemos dejar a nuestros hijos: raíces y alas. Los hijos necesitan raíces para desarrollar un sentido de identidad, compromiso social, relación, prudencia, formación y dependencia, y necesitan alas o libertad de espíritu para ser independientes, libres y creativos.

En el delicado arte de graduar, amorosamente, el balance entre raíces y alas en función de las necesidades de nuestros hijos se constituye el oficio de ser padres.

BIBLIOGRAFÍA

- BANDLER, R., J. GRINDLER y V. SATIR. *Changing with families*. California: Science and Behaviour Books Inc., 1976.
- BRUNNER, J. *Cartografías de la modernidad*. Santiago de Chile: Dolmen, 1994.
- DAVIS, K. *La sociedad humana*. Buenos Aires: Eudeba, 1965.
- ECHEVERRÍA, Rafael. *Ontología del lenguaje*. Santiago de Chile: Dolmen, 1994.
- HIDALGO, C. G. y N. ABARCA. *Comunicación interpersonal*. Santiago de Chile: Universidad Católica de Chile, 1992.
- KERR, M. y M. BOWEN. *Family evaluation*. Nueva York: W. W. Norton & Co., 1988.
- MATURANA, H. *Emociones y lenguaje en educación y política*. 8va. ed. Santiago de Chile: Dolmen, 1995.
- MAY, R. *El hombre en busca de sí mismo*. Buenos Aires: Editorial Central, 1982.

- REYES, C. y otros. *La conciencia moral sobre la familia. Aproximación a su realidad en Chile*. Santiago de Chile: Universidad Católica de Chile, 1994.
- SATIR, V. *Relaciones humanas en el núcleo familiar*. México: Prensa Médica Mexicana, 1987.
- VÍLCHEZ, L.F. «Problemas de incomunicación en la familia». En: VARIOS. *El conflicto generacional y la familia*. Madrid: Instituto Universitario de Matrimonio y Familia, 1987.
- WATZLAWICK, P., J. HELMICK y D. JACKSON. *Teoría de la comunicación humana*. Barcelona: Herder, 1981.