

Familias Reconstituidas

En la actualidad es frecuente encontrar familias formadas por parejas que en el pasado tuvieron hijos producto de otras relaciones. A estas familias, se les conoce con el nombre de Reconstituidas.

Las relaciones familiares de este tipo imponen constantes retos de aprendizaje a quienes las conforman. Para los padres, implican un difícil proceso de negociación para evitar caer en “favoritismos” e integrar al ritmo de cada miembro de la familia. Para los hijos, implican un cambio radical en términos de convivencia, espacio, tiempos y comunicación. A continuación mencionaremos algunos temas que pueden presentarse en estas situaciones y sugerencias de cómo hacerles frente.

¿Dónde vivir?

Las parejas enfrentan el reto de decidir en dónde van a vivir. Los expertos en el tema aconsejan iniciar la formación de la nueva familia en otra casa que no sea la de ninguno de los integrantes de la pareja. Una casa nueva para todos, si es posible, supone que la familia entera, ha de comenzar un proyecto igualmente nuevo para todos.

La relación de pareja.

Los hijos pueden presentar sentimientos de abandono o competitividad por el tiempo y energía que dedica el padre o la madre a la nueva pareja. Las expresiones de afectividad puede “molestar” a los hijos adolescentes. Le sugerimos, que, si bien es importante entender las emociones de los hijos (a través de la escucha empática), es vital construir un lazo fuerte en la pareja, al realizar actividades de interés mutuo y mantener una comunicación abierta.

La nueva paternidad / maternidad.

Ejercer la paternidad en una familia reconstituida parece ser la tarea más difícil. Las parejas deben analizar el rol que desempeñará cada uno en la crianza de los hijos del nuevo cónyuge, así como los cambios en las reglas del hogar que pudieran ser necesarios. Se sugiere que el padrastro/madrastra, antes de imponer disciplina, cimiente una relación de confianza. La pareja puede acordar que el padre que tiene la custodia sea el responsable principal del control y la disciplina de los niños hasta que el padrastro o madrastra y los niños establezcan un vínculo sólido. Es importante recordar que esto es un proceso que requiere de constancia, paciencia y mucha dedicación y que no implica, en ningún caso, permitir las violaciones a “reglas familiares” o faltas al respeto entre los miembros de la nueva familia. Los expertos señalan que en las mejores condiciones, puede tomar entre dos a cuatro años que una familia reconstituida se adapte a convivir por completo.

Heridas del pasado.

Pueden surgir conflictos derivados de los resentimientos provenientes de la anterior familia, tanto en los hijos como en los adultos. Por ejemplo, al enterarse de que su padre se vuelve a casar, un niño puede abandonar la esperanza de que sus padres se reconcilien. O bien se puede empeorar una relación con su ex pareja, después de enterarse de sus planes de volverse a casar, porque se siente herida/o o enojada/o. La asesoría con un consultor del PAE puede ayudar a que el proceso avance con menos complicaciones

El cambio.

Es frecuente que los niños y/o adolescentes de familias reconstituidas tiendan a mostrarse introvertidos o tímidos, o abiertamente rebeldes frente al cambio que implica la pérdida de la familia anterior. Para ello sugerimos mostrar apoyo verbal a través de frases afectuosas como “ entiendo que puedas tener miedo por los cambios que vienen” “quiero que sepas que cuentas con mi apoyo”, etc., pueden tener un impacto enorme en lo sentimientos de los integrantes de la familia. Como en los casos anteriores, la comprensión no elimina la necesidad de reglas claras, consistentes y justas que todos los miembros de la nueva familia deben seguir.

Ritual de unión familiar.

Una buena forma de fomentar que los miembros de la familia se acepten es a través de ceremonias de unión familiar. Una de ellas implica que la pareja y los niños, por turnos, pongan arena de diferentes colores en un jarrón o recipiente de cristal, creando un símbolo único de su unidad. También pueden decir algunas palabras para expresar verbalmente su compromiso con la unidad y la armonía. Ustedes pueden, como pareja, construir rituales de este tipo sobre los gustos y costumbres de ambas familias.

Si eres parte de una familia reconstituida, probablemente estés familiarizado con estas y otras situaciones. La buena noticia es que todo esto es perfectamente normal y cada situación puede resolverse con suficiente tiempo, cariño y comprensión. Una familia reconstituida puede ser una gran oportunidad para la flexibilidad, la creatividad, la tolerancia y el aprendizaje de sus miembros