

Al crecer la familia

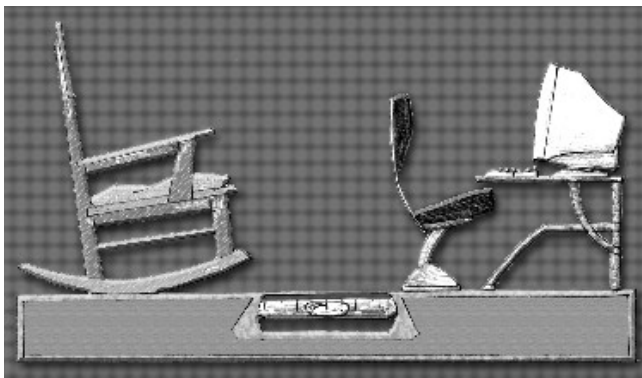
Por OFELIA BRAVO

Ilustración: BALLATE

La familia es el núcleo primario y vital de la sociedad y de difícil sustitución, por ser el vehículo privilegiado para transmitir aquellos valores que ayudan a la persona a adquirir su identidad. De la familia y de la sociedad se reciben aprobaciones y censuras que llevan a formar los principios rectores. Pero los valores que implican asumir responsabilidades, más que enseñados deben ser testimoniados en el medio familiar. Fuera de toda duda, la familia es el ámbito más apropiado para hacer crecer las potencialidades personales y sociales que tienen el hombre y la mujer dentro de sí.

Afectividad

Al construir la visión del mundo y su proyecto de vida, en alguna medida la persona imagina cómo será su vejez guiándose por las circunstancias de la juventud. Pero los cambios que tienen lugar en la sociedad, la mayoría de las veces impredecibles, conducen a realidades muy diferentes -en mayor o menor medida- de lo soñado.



Usualmente la vejez se identifica con discapacidad, pesimismo o tristeza. Y cuando una representación mental es compartida por muchos, pasa a convertirse en *imaginario social*. Es decir, aceptarse como real. Esta forma de pensar da lugar a identificar como eternamente joven todo aquel que vive con optimismo y satisfacción. La fantasía de la eterna juventud no es exclusiva de quienes aún no han alcanzado la *edad dorada*.

Algunos ancianos y ancianas se aferran más a parecer joven que a los valores que sustentan la alegría de vivir, con el consiguiente riesgo de frustración que acompaña tal estilo de afrontamiento de su realidad. Diversas influencias conforman la forma de ser que hacen a cada cual único e irrepetible. Dichas *construcciones personales* se identifican como subjetividad y poseen varios aspectos. Unos inconscientes, que la persona no logra reconocer aunque sienta sus influjos; otros aprendidos con precisión y en mayor número, los sustentados por el entorno familiar y social donde ella crece. Innumerables son las influencias que se reciben y conforme con ello, cada individuo, en uso de su voluntad y libertad, construye la propia identidad.

La esfera afectiva, que al decir de muchos es la más efectiva, distingue aspectos relativos a los afectos, las emociones y los sentimientos. El afecto inclina hacia una persona o hacia una cosa y comprende lo relativo a la sensibilidad. La emoción viene acompañada de expresiones corporales y como resultado de ella la persona se altera ^[1]. En la relación se da la emoción y sus matices los determinan los afectos. Por otra parte, los sentimientos son estables y constituyen el sostén de la esfera afectiva. El temperamento, que algunos señalan como el influjo del cuerpo en la personalidad, interviene para que las situaciones cotidianas sean percibidas y las acciones ejecutadas con afecto. A partir de las primeras vivencias de apego -desde la gestación- se estructuran los vínculos de amor en sus diferentes modos e intensidades y a partir del nacimiento la imagen de sí mismo se va conformando mediante la interacción con los demás y con el medio. De ahí que todo ser humano necesite sentirse aceptado, amado, estimado y autorrealizado y pertenecer a alguien o a algo, así como satisfacer las potencialidades creativas, estéticas y espirituales. Por

ser persona, sustenta los valores humanos y el sentido de la vida.

Al referirnos a la ancianidad es necesario tener presente que las capacidades funcionales se conservan en mayor medida cuando sus miembros tienen disposición para ejercitarlas y qué mejor estímulo que la armonía familiar. Cada etapa de la vida requiere nuevos aprendizajes y modificaciones del estilo de vida. Envejecer no es la excepción. Esto exige asumir nuevos estilos de afrontar la realidad. Esta incuestionable necesidad de cambios demanda flexibilidad por la persona mayor y de cuantos la rodean, al igual que descartar las etiquetas peyorativas de la mente de todos. Aceptar los estereotipos de invalidez facilita que se instalen en mayor medida y a destiempo las limitaciones que de forma natural se presentan con el paso de los años y que en cada cual tiene diferente ritmo.

La comunicación. Palabras y mucho más

Comunicarse es una necesidad inherente al ser humano. A lo largo de toda la vida la persona requiere relacionarse, pues aún en la evasión estará expresando su deseo de soledad o un estado de ánimo que no quiere compartir. Al comunicarse la persona se realiza y regula su forma de vivir. En ella se expresa y descubre sus particularidades esenciales. Etimológicamente persona significa *resonar a través de*. Todo lo anterior deja ver la importancia de la comunicación en las relaciones con la familia, la pareja y los amigos.

Amar y comunicarse son posibilidades de la razón humana que se enriquecen o dañan con la vida. Ambas poseen, además del sello individual, características específicas en cada etapa del desarrollo del curso vital. Una *comunicación satisfactoria* le permitirá a la persona expresar con libertad sus sentimientos acerca de alguien o de algo. Pero el temor de ser despreciado, burlado o simplemente no tenido en cuenta en justa medida, lleva a esconderlos. Por tal razón es necesario respetar y aceptar el derecho a expresarse de manera adecuada de los demás, aunque los mismos sostengan posiciones discrepantes.

Para comunicarse con un anciano o una anciana con pérdida de agudeza visual o auditiva es necesario hablarle de frente, claro y con un tono de voz que le permita escuchar y al mismo tiempo no se identifique con el grito. Esta persona mayor requiere, como mecanismo de compensación, apoyarse en varios sentidos para comprender. La cercanía y el contacto piel a piel también son manifestaciones importantes en la comunicación familiar.



Penosamente es frecuente observar carencias de expresiones amorosas, a pesar de estar presente el sentimiento que las sustenta. La premura de la vida cotidiana, incluso en ocasiones para garantizar la atención a los más desvalidos, no pocas veces relega a un segundo plano la necesaria comunicación intrafamiliar. Por otra parte, las limitaciones físicas propias de la avanzada edad y los prejuicios, muchas veces dificultan la proximidad corporal del anciano con sus seres queridos. Un ejemplo frecuente de prejuicio es besar a los niños y niñas en el cabello en vez de en el rostro, como si existieran razones de diferente riesgo. Especial atención demanda tratar la dinámica familiar ante un anciano discapacitado física o mentalmente, toda vez que este caso exige formas no habituales de comunicación. Igual sucede al requerirse que un miembro de la familia a cargo de su cuidado permanezca sin reemplazo.

Cambios, retos y realización. La jubilación

La jubilación es un evento trascendental en la vida de la persona, pues el *trabajo* -aplicando el término al socialmente reconocido y remunerado- ocupa una parte importante de su existencia. Esta experiencia es

vivida por la casi totalidad de los hombres y una proporción considerable de las mujeres. Con frecuencia al solicitar la jubilación la persona ha trabajado 30 años y más. Este detalle nos lleva a pensar en la repercusión que el cese de la *actividad laboral* puede tener en el vivir cotidiano. Dada esta realidad, no pocos gerontólogos señalan la jubilación como el inicio de la *edad mayor*. La edad de la jubilación varía con la legislación vigente. Los gerontólogos abogan por la no obligatoriedad, de modo que quede como decisión individual. Es conveniente advertir que este paso dependerá no sólo del deseo y de lo dispuesto legalmente, sino también de factores como la salud y las exigencias del puesto de trabajo.

En la cultura contemporánea es acostumbrado que una persona se reconozca por su ocupación, lo cual expresa que su identidad en lo social está definida por el papel que desempeña en la vida laboral. Teniendo en cuenta que el deseo de sentirse útil es parte de la persona, se comprende por qué este cambio requiere esfuerzos de adaptación. La jubilación le entrega al trabajador todo su tiempo, correspondiéndole a este organizarlo en función de su mayor provecho y disfrute. Ella viene acompañada de cambios en el reconocimiento social y en la economía, en ocasiones dramáticos. Quien se jubila puede afrontar problemas para hacerle frente a los gastos personales indispensables e inclusive llevarle a depender de los otros miembros de la familia, con innegable repercusión en su autoestima.

La abuelidad

En el proceso de crecer toda persona adquiere experiencias de relaciones afectivas que ocupan un lugar y sostienen un vínculo. Es de esperar que las relaciones afectivas padres-hijos difieran de las abuelos-nietos. A las madres y a los padres, máximos responsables de sus hijos e hijas, les corresponde marcar límites y crear espacios de realización y crecimiento. Al venir al mundo nos encontramos con *roles* que se expresan en comportamientos y estilos de vida. Estos roles sociales tienen consenso de aceptación y casi siempre son no sólo asignados, sino también asumidos. Para muchas personas los roles son acrílicos; esto es: *así tiene que ser*. Son innumerables *los encargos sociales* que encontramos para cada etapa de la vida y ocupación que desempeñamos. Tratándose de la *abuelidad* prima lo afectivo, pero con la necesidad de tener en cuenta también lo esperado.

Abuelas y abuelos son figuras fundamentales de apego, como afecto seguro. Ellos pueden respaldar a los padres en su misión de brindar amor y estímulo, así como prestar mayor tiempo y transmitir la sabiduría de los años y la benevolencia que resulta de las experiencias vividas. Este papel de respaldo en la crianza les proporciona un nuevo e importante lugar en la vida familiar, a la par de permitirles disfrutar increíbles demostraciones de afecto y alegres vivencias. Los niños y las niñas nos recuerdan en sus acciones la esencia del amor de Dios, pues ellos *saben querer* e intuyen lo que cada cual necesita de sus riquezas. La *abuelidad*, como vínculo afectivo y familiar, es cada vez más tenida en cuenta por los estudiosos de la red primaria de apoyo afectivo y social. La sociedad les reconoce el lugar importante que ocupan en lo referido a la formación y transmisión de valores que forman el sentido de la vida y en cuanto a la identidad familiar y social. Ambos aspectos del desarrollo personal son trascendentes.

En el hogar de la familia cubana actual viven, por diversas circunstancias, varias generaciones. Esta realidad, que indudablemente impone retos para el logro y mantenimiento de la armonía familiar, ofrece la riqueza que proporciona la cercanía de sus miembros y la posibilidad de reconocer el valor de la vida en cualquier edad, al tiempo que los ancianos tienen mayores posibilidades de contacto afectivo y comunicación. Frecuente, pero con saldo casi siempre de alto costo afectivo, resulta el éxodo de los nietos, toda vez que deja un vacío en ancianos y niños, quienes formaron durante los años de vida de los menores, en no pocas ocasiones, un estrecho vínculo de ternuras y fantasías. Las relaciones entre vecinos pueden ofrecer la variante de abuelos y abuelas *por elección*. En estos casos se asume el rol y el compromiso y se expresa mutuamente el afecto, sin la existencia de nexo biológico.

No pocas veces se producen comentarios perjudiciales sobre la afinidad entre ancianos y niños, culpando a los primeros de causantes de malacrianzas y del desconocimiento de la autoridad materna y paterna. Pero, si bien existe el riesgo, es necesario señalar que se da sólo en la medida que las madres y los

padres no ejercen su papel, dejando brechas donde incorrectamente cala otra forma de autoridad. En estos casos, afortunadamente excepcionales, se constata distorsión de las responsabilidades y funciones que corresponden a cada cual. Si mamá y papá ocupan en la crianza el lugar que les corresponde, no existe tal riesgo.

La vida cotidiana

En nuestra realidad contemporánea no están presentes la influencia de culturas orientales donde se venera a la ancianidad, como tampoco la occidental de épocas remotas en las que los senescentes formaban el senado para guiar con sus consejos o el cabello blanco era identificado con elegancia y jerarquía. Para quienes se acercan a la culminación de esta vida, la familia ocupa, como en todos los momentos trascendentes, el lugar principal, su red de apoyo. Esta red, que se entreteje simbólicamente con las relaciones interpersonales, tiene, al igual que el objeto que inspira su nombre, flexibilidad, sostén y resistencia, sin olvidar que también admite refuerzos *con sus propios hilos* o con algunos que se le incorporen al tejido. La red primaria, la más cercana, se verá reforzada en la medida que las relaciones propicien el bienestar y la alegría de vivir.

La familia no es terreno indicado para competencias, ni para considerar bandos de *malos y buenos*. Asimismo, no siempre las personas mayores tienen la razón. La armonía depende del respeto a los espacios y límites construidos sobre estructuras afectivas. Es conveniente destacar que la comunidad cristiana pasa a formar parte de la red primaria de relaciones cuando la familia no está presente o estando no cumple la función de apoyo. Conocer y reflexionar acerca de las particularidades y relaciones que constituyen la familia pueden contribuir a enriquecerla. La institución familiar varía con las épocas, las culturas y los grupos sociales. El lugar donde radique la familia, sea este el campo o la ciudad, puede dar origen a diferentes formas de compartir, pero en ningún caso variará en lo interno su función afectiva, como tampoco la de mediadora entre el individuo y la sociedad. El hogar requiere calor humano, pues toda persona, consciente o inconscientemente, necesita un espacio de paz, sobre todo al llegar a la casa después de cumplir múltiples y variados *encargos*. Para ser fuente de felicidad la familia debe ser acogedora, al tiempo que necesita luchar contra la apatía y la insensibilidad y potenciar el amor con alegrías sencillas y diarias.