

## Clasificación de Sistemas Familiares

### CLASIFICACIÓN DE SISTEMAS FAMILIARES

Para comprender mejor nuestro pasado, es importante que entendamos algo sobre las características de nuestra familia de origen. Cada familia es única, por supuesto, pero en toda familia hay características comunes. Analizarlas nos ayuda a ver de dónde provenimos y cuál es el efecto de esta familia de origen sobre nosotros. Las siguientes son algunas de las clasificaciones de sistemas familiares. La mayoría de las familias reflejarán dos de las categorías, pero con una predominancia de una de ellas.

#### LA FAMILIA EQUILIBRADA

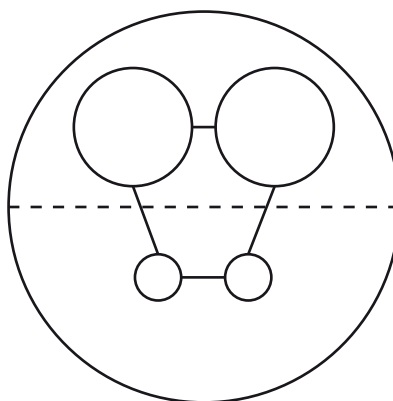
La familia equilibrada se caracteriza por un alto nivel de individualismo y mucho énfasis en las relaciones interpersonales afectivas. Los miembros de la familia encuentran espacio para crecer como individuos, a la vez que están apoyados afectivamente por los demás miembros. Los padres forman una unidad y ejercen su autoridad, pero sin ser inflexibles. Hay un límite bien delineado entre padres e hijos, pero existe amplia accesibilidad y afectividad entre ellos. El ambiente familiar ofrece respeto mutuo a todos los miembros y los padres son un modelo de amor y de preocupación por las necesidades de los demás. Proveen así un fundamento sólido para el crecimiento de sus hijos y una adecuada preparación para el futuro.

#### Características:

En este sistema familiar hay equilibrio en las relaciones interpersonales y respeto mutuo entre los miembros. Los padres son responsables y proveen un buen ejemplo de amor y preocupación por el bienestar del otro. Hay libertad para que cada miembro de la familia encuentre espacio y apoyo para ser el individuo que es. Hay aceptación, transparencia, estímulo, buena comunicación entre todos y evidente afectividad. Hay reglamentos, orden y expectativas para cada miembro de la familia. La autoridad para el manejo del sistema familiar está en manos de los padres. A medida que van madurando los hijos, los padres les delegan responsabilidades y el derecho de tomar sus propias decisiones. Los niños pueden tener sus propios puntos de vista y expresarlos. No tienen que asumir la responsabilidad del manejo de la familia. El ambiente familiar permite reflexión y diálogo en base a pensamientos y emociones. El niño aprende que sus emociones son aceptables. No sufre por comparaciones hechas en relación a los demás hermanos.

La dinámica familiar permite buenas relaciones con personas fuera de la familia. También, representa un sistema sólido de valores que da mucha seguridad a los niños en formación. El ejemplo coherente de los padres frente a sus creencias y valores tiene un efecto profundo sobre los niños.

Cuando el joven deja su familia es un consenso mutuo entre padre e hijo. Se va con confianza y con un sentido de responsabilidad sintiéndose preparado para la vida. Generalmente forma un hogar sano y mantiene buenas relaciones con los padres. Es amigo de sus padres a la vez que es su hijo.



## Clasificación de Sistemas Familiares

### LA FAMILIA CAÓTICA

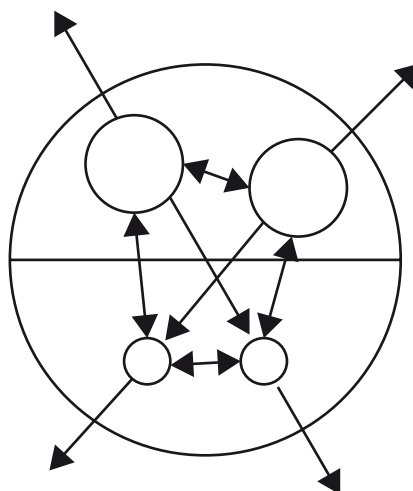
En la familia caótica hay un ambiente conflictivo y totalmente desorganizado. Hay agresiones entre los miembros de la familia y cada uno tiende a vivir en un mundo propio sin el apoyo emocional de los demás miembros. La sensación es que la familia está a punto de desintegrarse, aunque se vive bajo el mismo techo. El límite entre padres e hijos es inflexible y rígido impidiendo una verdadera relación afectiva.

#### Características:

Estas familias se caracterizan por la desorganización en su forma de vivir, por conflictos, por situaciones de crisis, y por niños ignorados y/o abusados. No hay buenas relaciones entre los padres, ni entre padres e hijos ni tampoco entre hermanos. Hay amenazas de separación en el matrimonio, que frecuentemente se efectúa, terminando en divorcio. Hay poca demostración de afecto para con los niños. La disciplina familiar tiende a ser esporádica, exagerada e injusta en relación a las ofensas de los niños.

Las emociones predominantes en los niños de estas familias son la venganza, el enojo, la desconfianza y la amargura. Aprenden muy temprano que la expresión de las emociones es una señal de debilidad. Los hijos viven con la sensación de que no son queridos en sus familias y llevan una carga de culpa por los problemas vividos allí. Generalmente no han gozado del placer de llevar sus amigos a casa porque no han querido pasar vergüenza delante de ellos.

El joven que sale de la familia caótica lo hace con muchos conflictos no resueltos y pocas ganas de formar su propia familia. Cuando se casa, a menudo tiene problemas en sus relaciones con su cónyuge y con sus hijos, repitiendo los mismos esquemas de su familia paterna. La falta de confianza aprendida en la familia de origen, en combinación con su debilidad en el área de las relaciones, produce una especie de sabotaje en sus esfuerzos para vivir en armonía con su familia del presente.



## Clasificación de Sistemas Familiares

### LA FAMILIA AUTORITARIA

En la familia autoritaria hay estructuras muy rígidas. Cada miembro sabe lo que se espera de él, pero siempre es en el contexto de logros y de hacer cosas. Hay poco énfasis en las relaciones afectivas interpersonales. Son más importantes los reglamentos. El límite entre padres e hijos es algo rígido, significando que los niños sienten poco interés personal de parte de los padres. Uno de los cónyuges es el “jefe” de la familia.

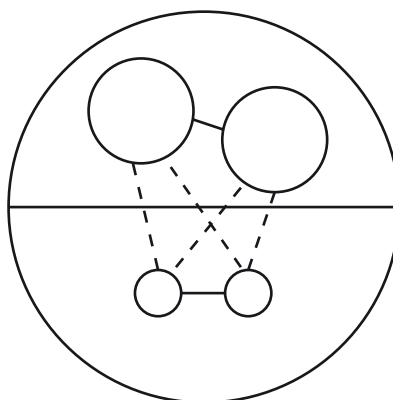
#### Características:

La orientación fundamental de este tipo de familia es una estructura basada en conductas. Se enfatizan los reglamentos como algo más importantes que las relaciones interpersonales. Toda la familia se comunica más en base a tareas y trabajos que en base a sus emociones. Generalmente hay una persona que impone criterios y mantiene el control de todos los asuntos familiares por medio de directivas. Es común observar actitudes de machismo y un aire “militar” en este sistema familiar. El “jefe” que manda no permite otras opciones ni opiniones que pueden desafiar su control de la familia.

En el matrimonio hay cumplimiento de rutinas y tareas, pero faltan los aspectos afectivos. Se escuchan reiteradamente argumentos y discusiones sobre los mismos temas que nunca se resuelven. Los dos padres tienden a vivir a la defensiva, luchando por sus derechos y cuidando que nadie se aproveche de ellos.

Los niños crecen creyendo que es más importante lo que hacen que lo que son o lo que sienten. Tratan de ganar el afecto y apoyo de sus padres esmerándose en el colegio, en el deporte, etc. Algunos terminan rebelándose contra el excesivo control y los criterios establecidos. Adoptan actitudes de cinismo. No sienten que sus padres están de su lado. En el lado positivo, los niños de esta familia gozan de un ambiente estable y son motivados en el área de logros personales sintiendo que son capaces.

Una vez que el joven se independiza de la familia, empieza a crearse una distancia entre él y sus padres, debido a la base relacional débil que existía en la familia de origen. El contacto con los padres y los hermanos tiende a ser por obligación, no por afecto.



## Clasificación de Sistemas Familiares

### LA FAMILIA SOBRE PROTECTORA

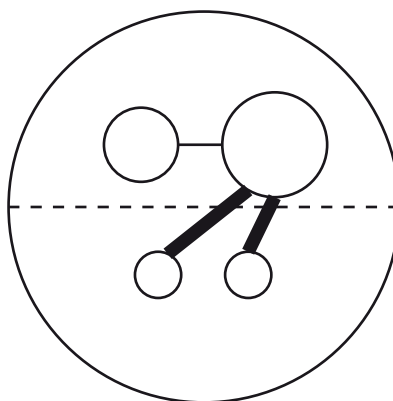
En la familia sobre protectora la prioridad es evitar conflictos y no resolverlos. Generalmente uno de los padres se dedica en forma obsesiva a los niños, descuidando la relación con el cónyuge. Los niños suelen ocupar un lugar demasiado importante en el entorno familiar, llegando a veces a controlar la vida de los padres. El límite entre padres e hijos es débil. Tienen autoridad, pero no la sabe ejercitar y suelen ceder ante las demandas de los hijos.

#### Características:

La familia sobre protectora hace un énfasis exagerado en el área emocional de las personas. No hay discusiones en esta familia simplemente porque se hace todo lo posible para evitarlas. La familia buscará otros temas de conversación, prefiriendo no enfrentar un tema de controversia. Lamentablemente, estas tendencias producen una falta de transparencia entre los miembros de la familia. Ninguno se anima a expresar sus verdaderos pensamientos. La lealtad familiar es muy importante y hay un énfasis exagerado en las tradiciones familiares. Los niños son muy importantes, pero tienden a ser la prioridad de uno de los cónyuges, produciendo un desequilibrio en la relación matrimonial. Los niños aprenden temprano que tienen cierto poder sobre los padres y comienzan a demandar atención.

Aunque el matrimonio tiende a ser estable, a menudo no es muy sano. Los cónyuges buscan complacer al otro mediante el sacrificio de sus propios sentimientos y opiniones. A veces se manejan por culpa o por la necesidad de sentirse aceptados. Los niños tienden a sentirse sofocados por el trato sobre protector de los padres. Los padres no participan en muchas actividades fuera del hogar porque no les gusta dejar a los niños. Como resultado, una vez que se van los hijos, la relación matrimonial se tiene que reestructurar. Los padres buscan ofrecerles a los hijos todas las ventajas y privilegios posibles. Los niños empiezan a creer que el mundo les debe todo. No aprenden a perseverar en circunstancias difíciles. A veces se ve que los padres asumen las consecuencias de conductas inapropiadas de parte de sus hijos, culpándose a sí mismos. La disciplina familiar es débil y se caracteriza por amenazas huecas. El niño aprende a manipular a sus padres para lograr sus fines.

La familia sobre protectora termina poniendo obstáculos en el proceso de madurez de los hijos. La sobreprotección siempre produce inseguridad y falta de confianza propia. En sus aspectos extremos, la sobreprotección es una forma de rechazo (agresión). El joven se encuentra con dificultades para salir de su familia. Es como si el sistema familiar "se estirara" para impedir que se vaya del todo. Está muy acostumbrado a que otra persona los rescate de los problemas que encuentra difíciles de enfrentar en la vida por sí solo. Los padres en la familia de origen fomentan esta situación y ejercen presión sobre la nueva familia del hijo, insistiendo en que la unidad familiar sea su prioridad.



## Clasificación de Sistemas Familiares

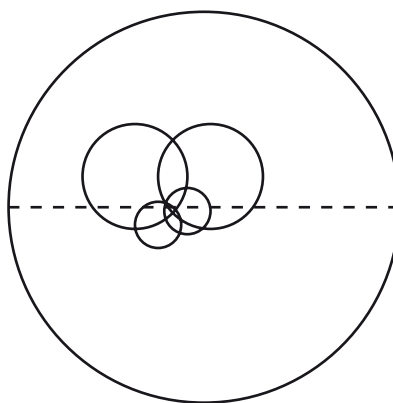
### LA FAMILIA ABSORBENTE

En la familia absorbente, existen relaciones obsesivas entre padres e hijos, hasta tal punto que los miembros pierden su individualidad. No hay un límite fijo entre padres e hijos. Esta situación produce confusión e inseguridad en los hijos. Los padres “invaden” las mentes y las emociones de los hijos, impidiendo que se desarrollen en forma independiente. Su intento es “reproducirse” en sus hijos.

#### Características:

En la familia absorbente hay una orientación muy fuerte hacia las relaciones familiares y los niños son el foco exclusivo de la atención de los padres. Generalmente uno de los padres es obsesivo en el cuidado de los niños debido a una relación matrimonial problemática y frágil. No existen límites claros entre los padres y los hijos. Los niños son absorbidos por los padres. En cierto sentido los padres han abandonado su matrimonio como fundamento para la familia y han invadido el territorio de los hijos, intentando reproducirse a través de sus hijos. Los padres piensan y actúan por los niños, impidiendo que exista en ellos la independencia necesaria para la madurez. Un ejemplo de esto es cuando el adolescente en este tipo de familia es controlado por los padres quienes le hacen sentirse culpable cada vez que hace algo por su cuenta. El matrimonio en esta familia aparenta ser feliz, pero no lo es. Uno de los padres está controlando al otro mediante una manipulación basada en su relación absorbente con los niños. Los niños existen para satisfacer las necesidades emocionales de los padres. Los padres controlan a los niños mediante acusaciones y culpa. Los padres “invaden” los pensamientos y las emociones de los niños acusándoles de pensar y sentir determinadas cosas. El niño nunca siente que sus propias opiniones son válidas, solamente las que concuerdan con el “programa” del padre o la madre.

En realidad, el joven que pertenece a este tipo de familia nunca la deja. Físicamente él puede alejarse de la familia de origen, pero emocional y mentalmente sigue bajo el control de los padres que lo han absorbido. Si uno se crió en este ambiente familiar, la conducta más positiva que puede asumir como adulto es distanciarse de la familia de origen. Una vez que se haya establecido una forma madura de vida con pensamientos y emociones propios, la persona puede amar a su familia de origen en forma legítima, y no en base a temor y obligación.



## Clasificación de Sistemas Familiares

---

### LAS FAMILIAS TRAUMÁTICAS

Se ha definido a la familia traumática como una familia donde determinadas actividades, relaciones o situaciones impiden en forma significativa la función normal y sana de la familia. Estas familias representan una o más situaciones que en el área de las relaciones afectan negativamente el desarrollo espiritual, emocional y psicológico de los niños que viven en ella. La situación problemática encarcela a la familia total. Estas familias se pueden clasificar de cuatro maneras.

### LA FAMILIA ADICTIVA

La presencia de una persona adicta en el sistema familiar significa que un gran porcentaje de la energía emocional de la familia es canalizada hacia el manejo de la situación. El adicto abandona su rol y función dentro de la familia y los demás miembros viven tratando de compensar su ausencia.

#### Características:

La adicción presente en estos sistemas familiares puede ser en base al alcohol, droga, juego o cualquier otro elemento que absorbe la vida de uno de los miembros. Si el adicto es uno de los cónyuges, la relación matrimonial es débil y conflictiva. El otro cónyuge queda con poca energía emocional para responder a las necesidades de los hijos. Hay muchísima presión sobre el cónyuge que no es adicto para tratar de mantener unida a la familia. Esta persona generalmente facilita el hábito del otro, protegiéndolo de las consecuencias de su adicción. Colabora con él y encubre delante de todos la realidad de su problema. Esto hace que la familia funcione en base a un secreto familiar terrible. Se unen en el esfuerzo de mantener el secreto para no sentir vergüenza frente a los demás, para no tener que enfrentar cambios, y a veces porque se creen merecedores de la situación.

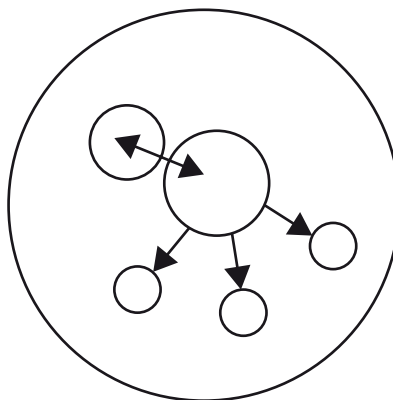
La negación que forma la ley de la vida en esta familia produce tremendos conflictos en sus miembros. Su vida emocional funciona al revés de la norma, por ejemplo: si el padre es el adicto, su ausencia del círculo familiar produce alivio y felicidad en lugar de la tristeza que el niño de una familia normal sentiría. Junto con estos conflictos emocionales surge una pesada carga de culpa. ("Si él es mi padre, ¿por qué no lo quiero tener en mi casa? Debe ser que yo soy un mal hijo.")

El adulto que vivió en un hogar así lucha en alguna medida con cinco áreas el resto de su vida:

- 1. El control:** El caos de la familia de origen forma en él una necesidad desmedida de controlar las circunstancias y relaciones de su vida actual.
- 2. La confianza:** Ha habido tan pocas experiencias de coherencia en la dependencia entre otras personas en la familia de origen que cuesta muchísimo confiar en otros y llegar a niveles comprometidos en las relaciones interpersonales. Esta situación se refleja en la vida espiritual también.
- 3. Las emociones:** Como una de las leyes de la familia adictiva es que no hay que sentir las cosas porque duelen demasiado, la tendencia del adulto es vivir negando sus verdaderos sentimientos.
- 4. Las necesidades personales:** Debido a la desprotección material y emocional que se vivió en la familia de origen, la persona adulta tiene serios problemas en identificar sus propias necesidades y hacerlas del conocimiento de otros.
- 5. La negación:** En la vida del adulto que proviene de una familia adictiva la negación ha llegado a ser una de sus armas para enfrentar la vida. Niega el hecho de que su familia de origen le haya afectado. Generalmente tiene pocos o nada de recuerdos en relación a la infancia.

## Clasificación de Sistemas Familiares

Maneja en forma limitada sus emociones, y muchas veces exhibe las mismas características del adicto en sus relaciones con los otros miembros de la familia actual. Es común que sienta que la vida se le “desborda”, y que todo va a terminar mal. A menudo demuestra problemas para pensar con claridad, tomar decisiones coherentes y concentrarse en algo por un tiempo prolongado.

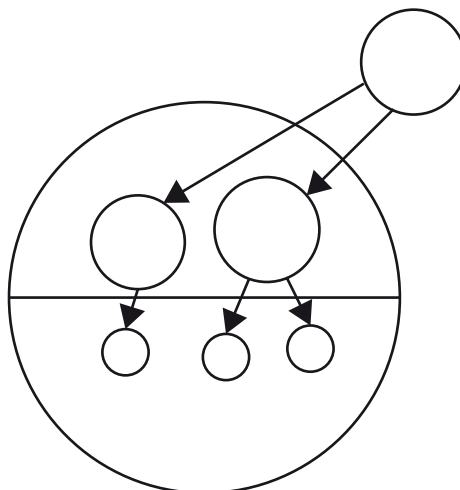


### LA FAMILIA HIPER-RELIGIOSA

Esta familia está controlada e influenciada por un enfoque religioso extremo. Los niños son traumatizados con la amenaza de la pérdida de su relación con sus padres y con Dios si no cumplen con determinadas normas espirituales. Las relaciones entre padres e hijos y la disciplina familiar se basan en un sistema rígido de reglamentos y no en una relación de amor con Dios.

#### Características:

El resultado de seguir un sistema tan rígido de reglamentos es negar la individualidad de los diferentes miembros de la familia. En este sentido, la familia hiper-religiosa se parece a la familia adictiva. Todos los miembros viven en función de una filosofía de vida en lugar de vivir condicionados por el hábito del adicto. El adulto que es producto de una familia así suele tener muchas dificultades en lograr una vida íntima con Dios. Creen que solamente se puede lograr el amor de Dios mediante el servicio en la iglesia o el cumplimiento de sus leyes. Difícilmente pueden servir a Dios y obedecerle desde un corazón de amor. Es casi imposible para ellos entender el amor incondicional de Dios.



## Clasificación de Sistemas Familiares

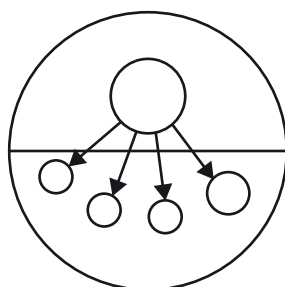
### LA FAMILIA ABUSIVA

En la familia abusiva hay individuos que usan a otros miembros de la familia para satisfacer sus impulsos emocionales y físicos. Estas personas crean víctimas dentro de la familia. El abuso puede ser físico, verbal, emocional y/o sexual, pero su efecto es crear traumas profundos en las víctimas destruyendo y distorsionando los procesos normales del desarrollo.

#### Características:

Esta clase de familia afecta a sus víctimas a través de generaciones. Frecuentemente, el abusador ha sido abusado en su propia niñez. Tiende a ser insensible frente al dolor que causa en los demás simplemente porque sufrió tanto dolor en su propia niñez.

Uno de los efectos más devastadores que vive la víctima del abuso familiar es el profundo dolor que resulta del hecho de haber sido defraudado por la persona responsable de su cuidado y protección. Es por esto que lleva una doble carga de dolor. Dolor por el abuso en sí, y dolor porque nadie lo defendió. Los resultados de haber vivido la niñez en medio de una familia abusiva son similares a los que resultan del hogar alcohólico.

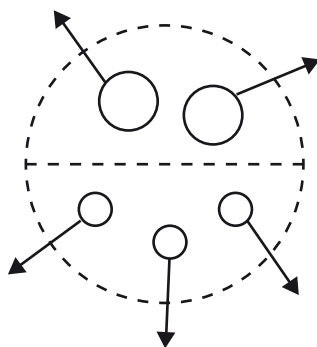


### LA FAMILIA CARENCIADA

Un nivel socioeconómico muy bajo crea ciertas características en el sistema familiar. Las desventajas creadas por muy bajos e inestables ingresos más la presión de la situación económica a nivel nacional crean situaciones familiares muy difíciles. Los padres están ausentes muchas horas, los niños se encuentran asumiendo las responsabilidades de los padres, y prácticamente se crían solos en la calle. Estos son algunos de los resultados de esta situación.

#### Características:

La familia carenciada no es capaz de satisfacer las necesidades legítimas de los niños. Los niños viven absorbidos por sus propias dificultades y traumas. Las enormes carencias con las cuales se enfrentan los dejan con la sensación de desprotección, soledad y vergüenza. Esta familia vive con la realidad del rechazo de la sociedad y sus miembros crecen con la sensación de marginación que los acompaña durante toda su vida de adulto.





## Clasificación de Sistemas Familiares

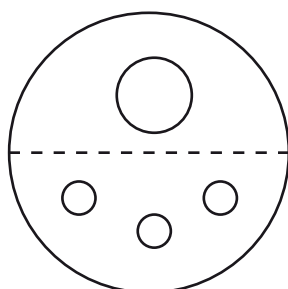
### LA FAMILIA DIVORCIADA

Cuando hay una ruptura entre los dos cónyuges de un matrimonio el sistema familiar sufre en todos los aspectos. Aún cuando las circunstancias parecen apuntar al divorcio como la única opción, el dolor que resulta dura por muchos años. El divorcio destruye la estabilidad de los niños. Trae dudas en cuanto al afecto, el abandono, la confiabilidad del otro cónyuge, el futuro y muchas cosas más. Los temores y la soledad que viven los niños del divorcio tienen su efecto sobre la estabilidad de los matrimonios contraídos como adultos.

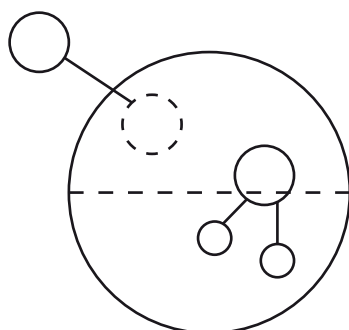
Una de las luchas más dolorosas para el niño del divorcio, es su esfuerzo para mantener su lealtad a los dos padres. Sienten que tienen que “elegir”, dejando de lado su afecto hacia uno de los padres y no lo pueden hacer. Otra área de mucho dolor para los niños del divorcio, es tener que asumir el rol de mensajero entre sus padres. Esta situación suele seguir hasta que son adultos y crea mucha presión emocional sobre la persona. Es común que estos niños lleven una pesada carga de culpa por la separación de sus padres pensando que si hubieran actuado de una manera diferente ellos todavía estarían juntos.

#### Cambios en los sistemas familiares causados por el divorcio:

- 1. Familias a cargo de un solo padre:** Uno de los cónyuges separados queda a cargo de los hijos sin el apoyo del otro.

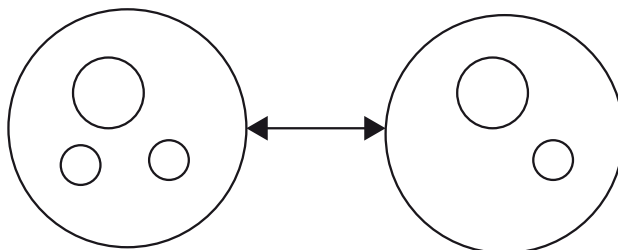


- 2. Familias con “Padre/Madre Sustituto”:** Un cónyuge separado a cargo de los hijos y teniendo que trabajar fuera de la casa hace de uno de los hijos (generalmente el mayor) un “padre o madre sustituto” quien se encargará de responsabilidades y autoridad que no corresponden a su edad.

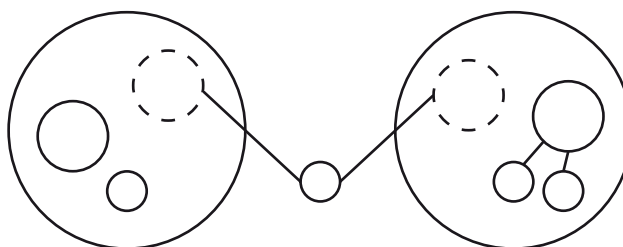


## Clasificación de Sistemas Familiares

**3. Familias Separadas:** Los dos cónyuges separados se llevan algunos hijos cada uno, causando una separación total del núcleo familiar.



**4. Familias Mixtas:** Dos cónyuges separados con hijos se casan, uniendo dos grupos de niños. Luego tienen hijos propios. Esta situación produce un sin fin de conflictos emocionales tanto entre los padres como los hijos.



### LA FAMILIA PARALELA

Una situación bastante conocida dentro de nuestra cultura es la que podemos denominar “la familia paralela”. En esta situación el padre de la familia funciona en cierto modo de “tiempo parcial” en dos sistemas familiares, ya que tiene una amante con la cual mantiene otra familia. Muchas veces esta triste realidad es conocida por las dos mujeres, pero por miedo al desamparo y al tener que enfrentar la crianza de los hijos sola, no enfrentan la situación buscando una solución.

Los efectos negativos sobre los integrantes de los dos sistemas familiares paralelos son de imaginar. Por un lado, existen todos los daños que causan los grandes “secretos familiares” en cuanto a la desconfianza, la soledad, la incoherencia, la confusión y otros elementos similares. Por otro lado, ninguno de los dos sistemas puede gozar de la presencia y protección que debe ofrecer un padre. Además, las sospechas y la angustia que sufren las mujeres tienen un efecto directo en los niños ya que ella busca suplir sus necesidades emocionales en ellos.

