

CICLO VITAL FAMILIAR

Dra. Eleana Oyarzún N.

Tal como el individuo, la familia atraviesa una secuencia de etapas interconectadas. Las familias se gestan durante un período variable en que la pareja se conoce y se une en forma estable y se desarrollan creciendo en etapas que tienen una secuencia normativa, que admite algunas excepciones o variantes. Este ciclo de vida familiar, se inicia cuando la pareja se forma, y termina después de la salida de los hijos de la casa para formar sus propias familias y cuando uno o ambos miembros de la pareja muere.

Está ampliamente documentado el hecho de que los individuos no constituyen entes aislados, y que su inserción en las estructuras sociales mayores se les ve a través de la familia. Asimismo se ha demostrado como muchas alteraciones y patologías de las personas están ligadas a la disfunción de su familia. Otros autores han analizado los conceptos de desarrollo y de ciclo vital individual y el rol de la familia en relación con los procesos de salud y enfermedad.

Duvall ha descrito seis etapas en este ciclo, que ha sido descrito como la travesía del ciclo familiar a lo largo del tiempo. Esta travesía ha variado a lo largo de las últimas décadas, en la medida que ha cambiado la familia, sea por los cambios en el contexto externo, como por las diferentes expectativas de sus miembros. Este ciclo vital transgeneracional es completo, ya que implica una imbricación de las vidas de sujetos de la misma generación, así como entre generaciones.

La descripción en etapas del ciclo vital familiar y sus características (modificado de Duvall) es la siguiente:

I. Formación de la pareja y comienzo de la familia (hasta el nacimiento del primer hijo):

Para ingresar adecuadamente a esta etapa, es necesario haberse independizado emocionalmente de la propia familia de origen, ser un adulto joven independiente, con objetivos personales individuales antes de poder convivir con otra persona de un modo estable.

Otra característica de esta etapa es la preparación para asumir roles de marido o mujer, separándose de otros compromisos internos o externos que pudieran interferir con la intimidad y cercanías necesarias para la vida de pareja.

La formación de una identidad en pareja, que trasciende a la de ambos individuos (un nosotros que va más allá del tu y del yo)

La tarea central de la etapa que comienza con el matrimonio es el establecimiento de un compromiso estable, que se profundizará en la medida

que pase el tiempo y la pareja se conozca cada vez mejor. Este período inicial en la vida de pareja tiene gran importancia futura. Si el proceso de asignación de roles se realiza satisfactoriamente, se llega a un estilo de vida con convenios diferenciales, bien definidos con respecto al reparto de tareas y responsabilidades.

Una de las causas más frecuentes de separación y divorcio en nuestra época, es la dificultad en negociar un equilibrio diferente de roles entre los miembros de la pareja.

II. Etapa de crianza inicial de los hijos (hasta los treinta meses de vida del primer hijo):

Al aparecer el primer hijo, se produce una modificación estructural que crea las tensiones propias de las relaciones triangulares, y que al mismo tiempo estabiliza las dificultades características de las díadas.

La relación de mutualidad de la mujer con su hijo, implica empatizar con sus necesidades físicas y emocionales. La gestación de este vínculo puede comenzar en el embarazo, pero se afianza en los primeros meses de vida, siendo la lactancia materna especialmente positiva en su fortalecimiento. La presencia de un vínculo madre - hijo es fundamental para que el niño enfrente su mundo con una vivencia de confianza básica en éste.

El padre representa en este período un factor de estabilidad y apoyo para la familia, tanto desde el punto material como psicológico. Si el padre falta, o aparece y desaparece frecuentemente, aumentan las posibilidades de distorsión en el desarrollo psicológico posterior de los hijos.

La transición típica de esta etapa implica el que los padres jóvenes acepten que son ya adultos, y que deben cuidar a sus hijos. Cuando esto no sucede, los hijos son descuidados y surge una vida doméstica confusa y caótica. Este tipo de conflicto lleva frecuentemente a depresión de uno o ambos miembros de la pareja, disfunciones sexuales y a veces, ruptura de la relación.

III. Familia con hijos preescolares (hasta los seis años del primer hijo):

En esta etapa, aparece en el niño la capacidad de iniciativa y de autonomía. Los padres deben reconocer y tolerar esta mayor autonomía; velar al mismo tiempo por protegerlo de los peligros que ésta puede implicar.

Los padres y el niño en este período centran la relación alrededor de temas de control, recompensas y coerción, y en el reconocimiento de normas impuestas que el niño en este período aun no ha incorporado.

En esta etapa también se terminan de definir y tipificar los roles sexuales. Los padres constituyen, por una parte, modelos para la orientación con respecto a conductas sexuales, y por otra, son objetos de atracción para los hijos del sexo opuesto, y de competencia para los del mismo sexo. Los desarrollos y desenlaces de estas interacciones, son decisivos para el funcionamiento sexual y de género posteriores.

Otra característica en esta etapa, es un grado de tensión en relación con los roles laborales. El hombre esta en plena actividad y corre el riesgo de descuidar otros roles, así como su desarrollo personal. La mujer se centra en su maternidad y puede descuidar sus aspiraciones intelectuales, laborales y su aspecto físico.

IV. Familia con hijos escolares (hasta los trece años del primer hijo):

El niño al ingresar al colegio, sale parcialmente de la familia; el colegio se presenta como un evaluador de la eficiencia de la crianza y socialización del menor.

Asimismo el niño comienza a reconocer lo que es permitido y prohibido socialmente, y desarrolla en mayor o menor medida su capacidad de aplicarse al trabajo y de relacionarse con sus iguales mediante el juego. Si esto no se logra, pueden surgir sentimientos de inseguridad.

Con la salida del niño del hogar, por primera vez toma distancia de las características de la propia familia, y le permite relacionarse con ellos de forma más objetiva.

Esta etapa del ciclo vital familiar, puede ser un período generativo y productivo, tanto para los niños en edad escolar como para sus padres, aun en pleno goce de sus capacidades físicas e intelectuales.

V. Familia con hijos adolescentes (hasta los veinte años del primer hijo):

Esta es una etapa de cambios marcados en el tipo de relaciones entre padres e hijos, en la cual el ejercicio de la autoridad de los primeros deja de ser imperativa y pasa a ser razonada. Los límites de la estructura familiar pasan a ser cada vez más permeables. En esta etapa, los adolescentes deben sentir que pueden volver a ser dependientes de la familia y volver a ella, así como explorar con grados variables de independencia alejándose temporalmente de sus padres.

El llamado choque generacional se relaciona con el hecho de que tanto los adultos como sus hijos adolescentes están llegando al final de una etapa y entrando en una crisis. En la pareja, esta etapa es la de la "crisis de la edad media de la vida", en la cual se revisan objetivos y logros personales, profesionales y maritales, así como las expectativas insatisfechas y los así llamados "fracasos". Muchos matrimonios entran en crisis, y hay un número de quiebres conyugales en esta etapa.

Los padres con hijos adolescentes, deben aceptar el desarrollo físico de estos, y en especial de sus capacidades locomotor - musculares y genital - reproductivas. Deben asimismo enfrentar el derecho de sus hijos a tomar decisiones personales frente a estas nuevas potencialidades biológicas, así como frente a su futuro familiar y laboral. Si los padres reaccionan apoyando a sus hijos, el lanzamiento del sujeto hacia un vivir independiente será exitoso. La etapa de "plataforma de lanzamiento" es hoy día prolongada y crea dificultades para los padres que se han centrado en la labor de crianza. Estos

padres deben buscar nuevos intereses y preocupaciones para evitar el apoyarse excesivamente en los hijos, impidiendo la independencia de estos.

VI. Período medio y terminal de la familia:

Este período, que comprende cronológicamente la segunda mitad de la vida de la pareja, es el menos estudiado y aquel sobre el cual existe el mayor número de mitos y prejuicios. Su límite inicial se ha fijado arbitrariamente en el momento en que el último de los hijos abandona el hogar paterno.

El "síndrome de nido vacío", afecta especialmente a mujeres cuya vida se centró exclusivamente en la crianza de los hijos, o bien a parejas que no desarrollaron áreas de interés común más allá de velar por el crecimiento de su progenie. Cuando no se ha desarrollado un mundo en común más allá de los hijos o de la unión sexual, aparecen separaciones que llevan a situaciones de soledad y abandono en los años tardíos de la vida.

La capacidad funcional de los diferentes aparatos y sistemas disminuyen y la enfermedad y la muerte son vividas como una realidad ineludible, en sí mismo o en familiares o amigos de toda la vida.

A veces, individuos que han trabajado permanentemente toleran mal el tiempo libre que depara la jubilación; esto crea un vacío en el hombre, equivalente al que deja la partida de los hijos.

Cuando existen circunstancias externas desfavorables, tales como enfermedad crónica, dificultades económicas, o ausencia de familiares, la vejez puede ser un período difícil, con severas consecuencias en la autoestima o salud mental del anciano, quien pasa a depender excesivamente de las generaciones que le siguen. Desde este ángulo los ciclos vitales de los miembros de la familia se encuentran inextricablemente ligados entre sí.

Hemos revisado brevemente las etapas del ciclo vital familiar, que se describe corresponde a las vividas por muchas familias de clase media profesional en Norteamérica, Europa, y en otras partes del mundo que han tenido una fuerte influencia de las anteriores áreas geográficas. Estas etapas sin embargo, están cambiando también.

Es importante destacar también, que hay variaciones del ciclo vital según la estructura de la familia y según su nivel sociocultural.