

FAMILIAS RECONSTITUÍDAS: LA PÉRDIDA COMO PUNTO DE PARTIDA

Roberto Pereira
Médico Psiquiatra
Presidente de la Featf
Director de la Escuela Vasco Navarra de Terapia Familiar
Perspectivas Sistémicas, 70. Año 14 pp. 3-5. Marzo 2002

La Familia Reconstituida puede considerarse un tema moderno, a pesar de que este modelo familiar ha existido siempre, incluso algunos tipos de ellas en número mayor que en la actualidad. Lo que ocurre es que, en los últimos años, ha aparecido un tipo nuevo de familia reconstituida, que comienza a frecuentar las consultas, que tienen unas características distintas a las familias convencionales, que requieren por tanto un abordaje diferenciado, y que han dado pie a la necesidad de profundizar en su conocimiento.

Comenzaremos definiendo lo que entendemos por familia reconstituida, ya que no hay aún un claro consenso respecto a su definición, ni siquiera respecto al nombre. La traducción del inglés Stepfamily sería literalmente “familiastra”, que por su escasa eufonía (y seguramente por la connotación negativa del sufijo –astra), no tiene adeptos (aunque alguna propuesta ha habido de llamarlas así). En algún país de habla hispana (Argentina, por ejemplo) se les llama Familias Ensambladas, en algún momento se les ha llamado Familias Amalgamadas, pero el término que se está generalizando en España es el de F. Reconstituida en estrecha pugna con el de F. Reconstruida.

Respecto a su definición, creo que la mas apropiada es la de Emily y John Visser (1988) que establece como condición para que podamos hablar de una familia reconstituida la existencia de al menos un hijo de una relación anterior. Esto descarta incluir dentro de la familia reconstituida a las parejas sin hijos que se vuelven a casar. Los problemas son muy distintos si no hay hijos de matrimonios/relaciones anteriores.

Así pues una familia reconstituida es la formada por una pareja adulta en la que al menos uno de los cónyuges tiene un hijo de una relación anterior.

Esta definición también descarta modelos familiares en los que pueda haber hijos de varias relaciones, si no hay también dos adultos (como podría suceder en algunos casos de familias monoparentales).

Se nos pueden ocurrir varios tipos de familia reconstituida:

- Familias provenientes de un divorcio, en la cual uno de los cónyuges tiene hijos previos.
- Familias provenientes de un divorcio, en la cual los dos cónyuges tienen hijos previos. Es el modelo más complejo.
- Divorciado/a que tiene hijos, y cuyo ex-esposo/a se ha vuelto a emparejar.

- La familia reconstituida más antigua, la de toda la vida, es la que proviene de la muerte de uno de los cónyuges. El padre o la madre viudo o viuda se vuelve a emparejar y aparece la figura del padrastro o madrastra que todos conocemos desde nuestra más tierna infancia, ya que protagonizan buen número de cuentos infantiles.

Este último tipo de familia reconstituida era antes más frecuente, debido al importante descenso de la mortalidad en la etapa media de la vida registrado durante la segunda mitad del siglo XX. Hace no muchos años, la posibilidad de que la familia se quedara sin el padre o la madre era alta, la "necesidad" de casarse de nuevo era mayor, y se hacía con más rapidez o con criterios diferentes a los actuales (p.e. el matrimonio del viudo con la hermana de su difunta mujer era una pauta bastante frecuente). Es decir, que la familia reconstituida, como decía antes, no son una novedad en el último grupo citado; si lo son en los tres primeros, y es lo que está causando el incremento de la atención sobre el tema.

Familias en Transición

Una de las características fundamentales de éste tipo de familias es que son familias en transición, es decir, familias que tienen que asumir un número importante de cambios en un corto período de tiempo, al menos más corto que lo que es habitual en las familias convencionales, y por tanto no figuran en la expectativa vital de sus miembros.

Todos estamos en continuo proceso de cambio. El ciclo vital es un continuo pasar de etapas, que todos hemos internalizado: noviazgo, matrimonio, nacimiento del primer hijo, etc. Pero también tenemos unas expectativas respecto al tiempo que durará cada uno de ellos, y adaptamos nuestro ritmo vital a esa sucesión de etapas y a esa expectativa de plazos. En la familia reconstituida las etapas del Ciclo Vital a menudo se trastocan, y no cumplen las expectativas previstas: generalmente los plazos se aceleran.

Es el caso de A.B., joven de 16 años que en el curso del tratamiento mostró su aturdimiento y dificultad de adaptación a los cambios ocurridos en su familia nuclear: entre los 8 y los 16 años había pasado de hijo único a convivir estrechamente con su madre, compartirla después con un novio, mas tarde con su nuevo marido y padrastro, y por fin con un hermanastro. Esta continua transición le producía una especie de vértigo, que hacía aún más difícil la ya de por sí dificultosa adaptación a éstos importantes cambios vitales.

Nacidas de la pérdida

Las familias reconstituidas son familias que nacen de la pérdida. Se puede argumentar que todas las familias surgen de una pérdida, si partimos del concepto freudiano de considerar que cualquier pérdida significativa desencadena una reacción de Duelo (Freud, 1915). Cuando uno se casa o se va a vivir en pareja quizá abandona la casa de sus padres, su habitación de siempre, su ciudad natal, quizá deja de ver a sus amigos, etc. Siempre hay alguna pérdida. Pichon-Rivière plantea las etapas del ciclo vital, la historia individual o familiar, como una sucesión de duelos a lo largo de la vida. Si es

éste nuestro punto de vista, resulta superfluo especificar que las familias reconstituidas surgen de la pérdida, del duelo.

Pero si hablamos de duelos, es necesario diferenciar unos duelos de otros, porque no todos son iguales, ni tienen la misma importancia, ni la reacción emocional que producen es siempre comparable. Una reacción de suficiente entidad emocional como para comprometer nuestra salud sólo se produce tras pérdidas significativas, lo que Colin Murray Parkes llama "transiciones psicosociales", es decir aquellas que tienen un significado importante en nuestras vidas, y que no se deben únicamente a cambios relacionados con el crecimiento, con el desarrollo o con el ciclo vital, si no que son cambios que modifican nuestra visión del mundo, y por lo tanto tienen una repercusión mayor (Parkes, 1988).

Como veíamos antes al hablar de los diferentes modelos de familia reconstituida, los puntos de partida de éstas familias son dos: la muerte de uno de los cónyuges, o el divorcio previo de uno o los dos cónyuges. En ambos casos son unas pérdidas fundamentales para el resto de los miembros de las familias, de manera que como señalan Visser y Visser (1988), la primera tarea de la F. R. será la de aprender a manejarse con las pérdidas y los cambios.

Ambas pérdidas no son iguales: una de las principales diferencias es que la muerte es, por definición, una pérdida irreversible, mientras que el divorcio no lo es, como nos muestran algunas famosas estrellas de la pantalla. Sin embargo, en cuanto a intensidad del proceso emocional pueden equipararse, o incluso, como veremos después, muy a menudo el duelo por divorcio es más difícil de elaborar que el duelo por muerte. Esto lo entenderemos mejor si explicamos brevemente como entendemos el duelo y sus principales etapas.

Según la definición clásica de Bowlby (1980), duelo es la *reacción psicológica que se pone en marcha a raíz de la pérdida de un ser querido*. Desde el punto de vista familiar y parafamilia reconstituidaaseando a Bowlby, podríamos definir el duelo como el proceso familiar que se pone en marcha a raíz de la pérdida de un miembro de la familia.

Sin extendernos demasiado, podemos afirmar que esa reacción psicológica o emocional se expresa fundamentalmente de dos maneras, que podríamos llamar aguda y duradera, que a menudo se suceden conformando lo que se conoce como etapas del duelo. En el caso del proceso familiar también nos encontramos con una primera reacción defensiva de la integridad familiar, y una posterior de reestructuración que va a dar lugar a una nueva familia nacida de la antigua.

El primer paso para elaborar el duelo es aceptar que la pérdida se ha producido. La muerte de un ser querido, especialmente si se produce de manera repentina o inesperada, nos produce un estado de shock, de obnubilación intensa que configura la primera etapa del duelo. La superación de ésta etapa se produce cuando aceptamos la realidad de la pérdida. Sin embargo, ésta aceptación produce un dolor tan intenso, (reacción aguda) a la que nos referíamos, que a veces se produce una negación de lo sucedido

como forma de combatir ese dolor. Esta “negación”, que se acompaña a menudo de una “búsqueda” del fallecido, es otra de las etapas del duelo, y sólo su superación posibilitará el pasar a la reacción emocional duradera, cuyo final vendrá con la resolución del proceso de duelo.

Ahora bien, como decía antes, la muerte es una pérdida irreversible por definición, por lo que si tenemos constancia clara de que la muerte se ha producido, la negación, si es prolongada, tiene que seguir senderos psicopatológicos. Sin embargo, no ocurre lo mismo en el divorcio: el cónyuge que no puede soportar la idea de perder a su amado/a, puede refugiarse en la fantasía de reconciliación como una forma de eludir el dolor que conlleva la aceptación de la pérdida. El duelo, aunque ineludible y necesario en situaciones de pérdidas importantes, es un proceso bastante largo, desagradable e incómodo, durante el que incluso la mortalidad se eleva por encima de la media (Parkes y otros, 1969). Así que, si encontramos una manera de eludirlo, no es de extrañar que se trate de poner en práctica. Puede suceder que la pérdida se recupere, y nos ahorramos pasar por el trance. El problema surge cuando ésta recuperación no se produce en un plazo razonable, y la realidad nos impone adaptarnos a la situación de cambio, so pena de entrar en una prolongada situación disfuncional. Entonces, como ocurre siempre en los llamados “duelos postergados”, éstos acaban siendo de mayor intensidad y más duraderos, por lo que se acaba pagando ese intento inicial de eludir el dolor. Esto es lo que con frecuencia ocurre en el divorcio.

F. Kaslow (1984) publicó un trabajo en el que comparaba las características e intensidad del duelo tras la pérdida de un cónyuge, por muerte y por divorcio. Respecto a la duración, Kaslow afirma que la duración del duelo es mayor en el caso de pérdida tras divorcio, que tras la pérdida por muerte. Mientras que en su opinión, un duelo “normal” tras muerte viene a durar unos 18 meses, tras un divorcio ésta es mayor, entre dos y cuatro años. Este incremento de la duración puede deberse a numerosas circunstancias:

- En primer lugar a la aceptación de la pérdida, punto de partida para la elaboración del duelo. “Otras veces ha hablado de divorciarse y hemos seguido juntos”, “ es una reacción excesiva para lo ocurrido, seguro que pronto se le pasará”, “en cuanto piense detenidamente en los niños dará marcha atrás”, etc., son algunas de las razones que pueden imaginarse para eludir la tristeza y el dolor de la pérdida, todas ellas basadas en la posibilidad de reversibilidad.

Ésta fantasía de reversibilidad se alimenta también por el posible contacto entre los cónyuges, contacto que no sólo reaviva el dolor y el odio, sino que también puede reavivar las fantasías de reunión, especialmente si los contactos incluyen relaciones sexuales.

- A la aparición de sentimientos de culpa, de dificultan siempre el proceso de elaboración del duelo. Salvo casos de suicidio o muerte causada por el superviviente, los sentimientos de culpa son más pasajeros en el caso del duelo por muerte, y suelen ser más

persistentes en el divorcio, especialmente cuando se estima que la propia conducta es la principal causa de éste(infidelidad, etc.).

- Finalmente, otra de las posibles causas de la mayor duración del proceso de duelo por divorcio, es la ausencia de rituales facilitadores y de apoyo económico y socio - familiar, lo que no ocurre tras el duelo por muerte. Tras la muerte, hay numerosos rituales sociales que facilitan el proceso de duelo, la expresión socio - familiar de apoyo y afecto, el respaldo económico en forma de pensiones, becas, etc. En el caso del divorcio ocurre exactamente lo contrario: no se han desarrollado aún rituales que faciliten el proceso, se carece de apoyo socio - familiar o incluso se reprueba ésta conducta, las pérdidas económicas son la constante para ambos cónyuges. Los mecanismos de apoyo social están pensados para facilitar la continuidad de la familia nuclear, y para desanimar la desarticulación de un grupo familiar ya establecido.

Familias convencionales y Familias Reconstituidas.

El Congreso de la Asociación Americana de familias reconstituidas que se celebró en Nueva Orleans en Febrero del 2001 tenía el siguiente lema: “¿Está usted desestabilizando familia reconstituida y perdiendo su lealtad porque las trata como si fueran primeras familias?”. Este planteamiento implica diferencias claras entre las F.R. y las convencionales o primeras familias como les llaman en la citada asociación. Si esto es así, es necesario conocer bien éstas diferencias para que, a la hora de tratarlas, no nos ocurra como en el supuesto del lema del Congreso.

Algunas de las diferencias son de estructura:

- una familia convencional consta habitualmente de dos adultos que tienen uno o más hijos de los dos.
- en las familias reconstituidas tenemos también dos adultos, y al menos un hijo procreado por uno sólo de los adultos, o bien varios hijos procreados por los dos adultos, pero con otros adultos que no coinciden.

En el primer caso está bien claro a quién corresponde las obligaciones conyugales y parentales. Sin embargo en las familias reconstituidas las obligaciones conyugales y parentales no corresponden en exclusiva a la nueva pareja sino que, puede haber otra persona o personas con obligaciones y derechos parentales. Salvo cuando una persona viuda se casa con un soltero, hay por lo menos tres adultos involucrados, a menudo cuatro, y tampoco es imposible que haya seis. Eso sin tener en cuenta otros niveles de parentesco. Los niveles de complejidad aumentan exponencialmente.

- En la familia convencional los miembros pertenecen a un solo sistema familiar (familia nuclear), que tiene unos límites bien definidos, se sabe a quién incluye y a quién excluye, las familias reconstituidas son biológica, legal y geográficamente evidentes. El sistema de la familia

reconstituida tiene unos límites más imprecisos, la condición de miembro no está claramente definida, puede que no haya consenso acerca de quién forma parte de la familia, algunos de ellos pueden ser simultáneamente miembros de dos sistemas familiares distintos. Sus fronteras son biológica, legal y geográficamente difusas.

Otras diferencias son de origen y desarrollo:

- Los pasos que conducen habitualmente a la familia convencional están registrados en el Ciclo Vital Familiar: noviazgo, emparejamiento, nacimiento del primer hijo, etc. Es decir, los hijos, si los hay, son posteriores a la creación de la pareja conyugal. Sin embargo, en la familia reconstituida no ocurre así, sino que la unidad parento-filial es anterior a la pareja conyugal. Esto es de una gran importancia, porque modifica la historia totalmente. Y si la historia cambia totalmente es necesario cambiar la forma de adaptarnos a esta situación, pero para ello vamos a contar con un mapa que delimita una situación diferente. Todavía actualmente hay pocos emparejamientos de cónyuges que provengan de familia reconstituida, por lo que ni sus experiencias, ni sus fantasías serán de gran utilidad en la nueva situación a la que se enfrentan.
- Otra diferencia importante respecto al origen y desarrollo, es la que nos hemos referido ampliamente en las páginas anteriores: la pérdida como punto de partida. Y no sólo la pérdida que ha sufrido el cónyuge, sino también la de los hijos. Si no se ha elaborado esa pérdida adecuadamente y con suficiente tiempo, las dificultades a las que tendrá que enfrentarse el nuevo sistema se multiplican. El cónyuge que viene de fuera no va a formar su propia nueva familia partiendo de cero, sino que se va a encontrar tratando de integrarse en una familia ya formada, con sus propias normas de funcionamiento, historia y rituales, y ocupando el lugar de alguien, con lo que puede que no todo el mundo esté de acuerdo.

Es imprescindible tener en cuenta todos éstos aspectos para que el tratamiento de la familia reconstituida no fracase ante el erróneo concepto de que estamos ante una familia convencional con problemas derivados del ciclo vital o el conflicto intergeneracional. Las familias reconstituidas tienen unas características y unos problemas definidos que hemos de abordar con las herramientas apropiadas para este moderno modelo familiar.

Referencias Bibliográficas

BOWLBY, J. (1980): *La pérdida afectiva*. Paidós, Barcelona, 1993.

FREUD, S. (1915): *Duelo y Melancolía*. En S. Freud, Obras Completas, Tomo I, Biblioteca Nueva, Madrid, 1961.

KASLOW, F. (1984): "Divorce: an evolutionary process of change in the family system". *Journal of Divorce*, 7 (3), 21-39.

PARKES, C.M. (1970): "The first year of Bereavement: A longitudinal study of

the reaction of London widows to the death of their husband". *Psychiatry*, 33: 444.

PARKES, C.M. (1988): *Bereavement as a Psychosocial Transition: Processes of adaptation to change.*. *J. of Social Issues*, 44,3: 53-65.

PARKES, C.M., BENJAMIN, B. Y FITZGERALD, R. (1969): " Broken Heart: A statistical study of increased mortality among widowers". *British Med. J.*, I, 740-743.

VISHER, E. y VISHER, J.(1988): "Old Loyalties, new ties: Therapeutic strategies with Stepfamilies" Brunner/Mazel, N. York.