



Mi Universidad

ensayo

Nombre del Alumno: Flor de Liz García Mendoza

Nombre del tema: unidad 3 y 4

Parcial: I modulo

Nombre de la Materia: Terapia de familia y de pareja

Nombre del profesor: Mónica Lisseth Quevedo Pérez

Nombre de la Licenciatura: psicología

Cuatrimestre: 9

Lugar y Fecha de elaboración: Pichucalco; Chiapas, 7 de mayo del 2023

CASA DE MUÑECAS

Cada familia constituye a una base primordial para que crezcamos, desde los tiempos jóvenes de la humanidad: la familia ha sido la primera composición de socialización, la base para la creación de tribus y pueblos; desde antes hasta hoy, tenemos la idea de proteger, respetar y amar a nuestras familias que son las primeras personas que nos han aceptado como son, ¿Pero quienes no quieren tener familias como se nos presentan siempre en Hollywood?

Los problemas de crianza, infidelidad, problemas de comunicación, lucha de poderes entre familias, conductas no apropiadas y el desorden de los roles de género son la causa por la que no siempre nuestra familia es perfecta.

No puedo romper el ciclo, ¿soy un tonto?

Cayendo como fichas de dominó, golpeadas por las joyas de la familia

Pásalo de niño a niño, la cadena nunca terminará

A menos que decida ir a ella, ¿veré el final?

- *The family jewels¹, Marina and the diamonds²*

La cantante Marina nos habla a través de su canción “family jewels” los problemas familiares son tapados bajo la máscara de que la familia debe ser perfecta a los ojos de la sociedad, cada miembro familiar se lastima unos con otros mientras fingen ser la mejor familia de revista.

¿Te suena? En todas las familias pasa, lo horrible es conocer que la base de nuestros problemas proviene desde el primer integrante o integrantes de la familia desde hace muchísimos años.

“La familia es el sistema primario por excelencia, el más poderoso al que pertenece un individuo. La vida en familia proporciona el medio más adecuado para la crianza de los hijos, en condiciones adecuadas satisface las necesidades biológicas y psicológicas de los niños y representa la influencia más temprana y duradera en su proceso de socialización”. (García, 2022), la base para una familia es que dos personas que están comprometidas deseen tener

¹ Significado en inglés de “Joyas de la familia”

² Es una cantante y compositora británica de ascendencia griega, nombre real Marina Lambrini Diamandis.

una familia propia y separarse de su familia original para hacer la suya, sin saber que arrastramos las dolencias de muchas generaciones, el bebé es el que sufrirá las consecuencias de crecer en ese ambiente repitiendo el ciclo una y otra vez, un niño se refleja de lo que aprende en casa, imita patrones de sus padres o son inconscientemente aprendidos, los problemas familiares siempre son iniciadas por el descontento de papá y mamá.

Los novios cegados por enamoramiento y que se casaron por la incesante necesidad de estar juntos se les caen los niveles hormonales del “amor” cuando se dan cuenta que ser una familia no es sencillo, se piensa que es mas sencillo así: “yo trabajo y tus cuidas los niños, yo doy para la comida y mantén limpia la casa”, criar a un niño es super difícil, y más cuando son bastantes hijos, antes los abuelos y bisabuelos no pararan de procrear, es como la frase graciosa de: “¿no había televisión?”, antes las mujeres (¡mujeres que va! Jóvenes, y peores si fueron niñas que ya menstruaban) eran usadas para ser amas de casa y no podían negarse a ser mamás por ser “su deber” de satisfacer al hombre, y el hombre es criado a mano dura para saber que todo problema se resuelve con rudeza y que el peso de toda la familia recae en sus hombros.

“El conjunto de reglas con que se va construyendo el sistema familiar, a lo largo del tiempo y a través de inevitables reajustes por ensayo y error, es semejante a un código de comportamiento”. (sureste U. d., 2023). Como toda organización social, hay reglas, algunas reglas comunes en el circulo de la familia es no desafiar a nuestros padres, respetar a los mayores de la familia, muchas de esas reglas no se usan adecuadamente y los castigos son los que protagonizan más que la discusión, ¿Te han golpeado una vez por hacer algo, pero nunca te dijeron porque no debías hacerlo?, un problema común en la crianza de un niño y porque los padres no saben cómo separar su estrés personal con su trabajo como padres.

“Una familia disfuncional es toda familia que no es capaz de proveer lo necesario para que los hijos crezcan sanos (tanto física como emocionalmente) y felices” (sureste U. d., Disfuncionalidad en la familia, 2023).

Hay bastantes problemas que separan a una familia, de niños teníamos la fantasía de que nuestra casa de muñecas siempre seria feliz, al crecer nos damos cuenta de que los problemas han estado siempre con una mascara sonriente cubriéndolos, no tenemos a quien culpar del origen de nuestras heridas generacionales porque no sabemos de donde salieron,

la información mas cercana que podemos contar son la ultima rama viva de la familia, entonces nos damos cuenta de todo, la sangre en la familia es abundante porque incluso los trastornos mentales que tienen los integrantes pueden causar otras, alguien quien sufrió depresión sin diagnostico puede tener un hijo que sufra depresión también u otro trastorno derivado de eso.

“La funcionalidad de los roles depende de su consistencia interna, la cual existe si cada miembro se ve a sí mismo como lo ven los demás y hay acuerdo sobre lo que se espera de él”. (García, 2022), existen holones³ en la familia constituidos de esta forma: pareja, padres, hijos, hermanos, sobrinos, tíos, primos y abuelos, las relaciones entre ellos son tan distintos, no por algo los abuelos fueron padres de nuestros padres y los criaron con autoridad para “darles lo mejor” mientras que con los nietos se comportan un poco mas dulces de lo que fueron con sus propios hijos, hay veces en las que los hermanos se caen mal y se caen bien, pero a veces las responsabilidades recaen de acuerdo a la edad por lo tanto la relación de hermanos (también como de los primos) puede verse afectada por diferentes opiniones de sus padres, rivalidades en ser el centro de la familia, etc.

“Una familia funcional se diferencia de otra disfuncional en el manejo que hace de sus conflictos, no en la presencia o ausencia de éstos”. (García, 2022).

Podrá ser muy tarde cambiar la percepción de nuestros familiares, de tomar una varita mágica y resolver los problemas, y es posible que para algunos integrantes sean ciegos todavía de que la raíz del árbol aún puede cortarse o que en realidad; es normal sino fuera porque esas decisiones del pasado lastimaran poco a poco a todos los integrantes; como toda familia es normal tener discusiones, la base es sanar nosotros, hacer entender que nuestros padres y otros familiares involucrados puedan sanar; así como poder buscar ayuda de acuerdo a que este a nuestra disposición, algunos familiares tuvieron que curarse por si solos de la pesada carga que tenían, pero eso no fue suficiente, están estables pero no sanos, es una cura temporal pero no han puesto fin. Si seguimos ignorando lo que pasa en la familia, no podemos detener las ramas porque estarán más profundas. Si hay amor y comprensión pueden comunicarse de forma tranquila, es necesario ser versátiles para entender los problemas del pasado y del presente de cada una de nuestra familia, no todos los integrantes estarán dispuestos a sanar, ir a terapias o platicar un rato con los demás,

³ son partes (o subsistemas) que integran el todo, pero que no están separadas, que se afectan entre sí y se relacionan en múltiples formas. La palabra holón proviene del griego holós, que significa “completo”.

algunos incluso preferirían morir porque esto no terminara o porque es bastante tarde, quizás sí, quizás no.

Mi ensayo lo titulo “Casa de muñecas” basándome en la canción de Melanie Martínez “Dollhouse”, para concluir al ensayo aprendimos que nuestra familia es un holón, es un árbol gigantesco, por eso el genograma tiene composición de árbol ante esa metáfora de que la familia crece ampliamente a través de los años y echa raíces en distintos lugares, así como cuando nos separamos de la familia y tomamos caminos distintos a seguir creciendo el árbol. No se espera que siempre la familia se verá repleta de colores y felicidad como solemos jugar con nuestras muñecas, pero se supone que los muñecos no tienen conciencia, los muñecos son manejados por nosotros, por lo tanto, podemos ampliar nuestra historia familiar de una manera mas sana solo con cortar un hilo.

Referencias

- García, J. M. (junio de 2022). *unam*. Recuperado el 5 de junio de 2023, de unam:
<https://psiquiatria.facmed.unam.mx/wp-content/uploads/2022/06/2022-Psicologia-de-la-vida-en-familia.pdf>
- sureste, U. d. (2023). Disfuncionalidad en la familia. En UDS, *Terapia de familia y pareja* (pág. 71). Comitán de dominguez: UDS.
- sureste, u. d. (2023). introduccion a la terapia de familia y pareja. En U. d. sureste, *terapia de familia y pareja* (págs. 9-32). Comitán de dominguez : UDS.
- sureste, U. d. (2023). La familia. En UDS, *Terapia de familia y pareja* (pág. 52). Comitán de Dominguez: UDS.
- sureste, u. d. (2023). la pareja. En U. d. sureste, *terapia de familia y pareja* (págs. 34-55). Comitán de Dominguez: UDS.
- sureste, U. d. (2023). reglas familiares. En UDS, *Terapia de familia y pareja* (pág. 62). Comitán de dominguez: UDS.