

Matrimonio y familia. Los problemas conyugales y familiares pueden resolverse gracias a la intervención de orientadores y mediadores. Los Centros de Orientación Familiar.

- ❖ Cfr. Los orientadores y mediadores familiares son cada vez más requeridos.

Fuente: Alfa y Omega, n. 653, 3 de septiembre de 2009

❖ **Crisis = Oportunidad**

Hasta el 80% de los problemas conyugales y familiares pueden resolverse, gracias a la intervención de orientadores y mediadores. La Iglesia lleva ya tres décadas promoviendo los Centros de Orientación Familiar, a los que acuden cada vez más parejas o familias. ¿Qué es, y en qué consiste esta labor?



En un estudio del pasado mes de marzo, publicado por el observatorio *Family Watch*, se daba a conocer que, en España, era más sencillo divorciarse que darse de baja en una compañía de telefonía móvil. Si para anular el contrato con estos últimos, es necesario un plazo que oscila entre los 12 y los 18 meses, para divorciarse sólo es necesario que transcurran 3 meses desde la fecha del enlace.

Los datos son de sobra conocidos y para nadie es ya un descubrimiento el hecho de que, a raíz de las primeras leyes divorcistas, pero especialmente desde la Ley del Divorcio Express de 2005, las cifras de parejas que han puesto un punto y final a su matrimonio se han disparado. Antes del Divorcio Express, las separaciones suponían un 40% de las rupturas, y un 60% los divorcios. En tan sólo cuatro años, estas cifras han dado un giro espectacular, pasando a ser las separaciones un 7%, frente al 93% de los divorcios o rupturas definitivas.

Ante este panorama, son cada vez más los matrimonios que acuden a un orientador o a un mediador familiar. En el caso de los mediadores, buscando un final lo más pacífico y diplomático posible; en el caso de los orientadores, buscando la clave para retomar unas relaciones de pareja o familiares muy deterioradas.

En España, existe la mediación y la orientación familiar desde hace unos 30 años. En la actualidad, hay 11 leyes autonómicas sobre Mediación Familiar, que han abierto el campo de la intervención, de modo que un mediador puede trabajar con la familia en diversos ámbitos, como los problemas entre padres e hijos, hermanos, o los propios cónyuges. Estos servicios se ofrecen en los Centros de Atención a la Familia (CAF), de las Comunidades Autónomas. En ellos trabaja un equipo multidisciplinar que aporta a la familia toda la ayuda que necesita en cada caso.

Desde hace también unas tres décadas, comenzó a hablarse, en el seno de la Iglesia, de los conceptos de orientación y mediación familiar, y comenzaron a crearse los primeros Centros de Orientación Familiar (COF), hoy extendidos por todo el mundo, también en España, por supuesto, donde contamos ya con 60. Juan Pablo II impulsó con entusiasmo la creación de estos Centros, e incluso se dice que, cuando se entrevistaba con un obispo, solía preguntarle: «¿Tiene usted ya su COF?», aludiendo a la importancia de que cada diócesis contara con un Centro de este tipo.

Los profesionales que trabajan en los COF tienen la misma formación académica que los

trabajadores de los CAF, si bien es cierto que la motivación de unos y otros puede ser diferente. En un CAF, básicamente, el objetivo es el «divorcio pacífico y poco traumático», o ayudar a que las personas se *separen bien*; sin embargo, en un COF el objetivo será siempre intentar salvar el matrimonio, vocación sagrada para los esposos.

Por otro lado, las Leyes autonómicas de Mediación Familiar tampoco están hechas precisamente con el objetivo de proteger a la familia. Tan sólo la de Valencia contempla el concepto de *reconciliación*, o la de Madrid el de *prevención*. Para la profesora y mediadora familiar Margarita García Tomé, asesora de la Ley de Mediación Familiar, de la Comunidad de Madrid, la prevención es un concepto básico en la mediación: «Cuando llega una pareja a mi despacho -explica-, aun teniendo tomada la decisión de separarse, siempre les ayudamos a que hagan una reflexión sobre el problema que tienen, qué es lo que lo ha causado, cómo se encuentran, y que decidan en base a esto. Por experiencia, sé que, a veces, las parejas toman decisiones sin reflexionar o tener en cuenta otros factores. Con la mediación preventiva, se evitan muchas separaciones o divorcios. En realidad, muchas parejas no se quieren divorciar; se siguen queriendo (aunque digan que se quieren separar), pero tienen, quizá, que cambiar la forma de comunicarse, entre otras cosas».



«Por esto -continúa la profesora Tomé-, es muy importante saber a dónde se acude. He tratado a muchas personas que se han separado y que, en conversaciones posteriores, me dicen que, de haber sabido el sufrimiento que les iba a traer, quizá no lo hubieran hecho». Una experiencia similar señala doña Franca Tonini, coordinadora del COF de la Universidad Pontificia de Salamanca, y profesora de Orientación Familiar del Instituto de Ciencias de la Familia de esta Universidad (Teléfono 923 27 71 41). «Yo -explica-, a los matrimonios siempre les digo que la separación resuelve un problema, pero acarrea otros cien, sobre todo con los hijos. Los hijos necesitan la unidad y la estabilidad familiar para crecer y desarrollarse de forma armónica y adecuada».

Dos términos que se confunden

Orientación y mediación no son lo mismo, aspecto que destacan encarecidamente todos los profesionales. La profesora Franca Tonini explica que «el orientador familiar es un especialista que, con métodos específicos, ayuda a la persona, al matrimonio y a la familia, a fortalecer los recursos internos y externos, a fin de que los vínculos que unen a los miembros de la familia sean adecuados y eficaces. El mediador, en cambio, es un especialista que interviene en las situaciones de separación conyugal, con la finalidad de fortalecer las funciones parentales: cuando el matrimonio se separa, que no se olviden de ser padres».

Son dos profesiones, como puede verse, complejas, apasionantes y, además, imprescindibles. Para hacerse una idea de los resultados de estas terapias, basta el ejemplo de este mismo COF de Salamanca, donde el 80% de los casos de orientación, y el 80% de los casos de mediación que llegan, logran continuar unidos. Estamos hablando de un centro que atiende a unas 80 familias al año, o lo que es lo mismo, unas 400 personas. Y es que, según la profesora Tonini, «estos (los COF) son los únicos ámbitos de la sociedad en los que se trabaja en la línea de revisar el conflicto y procurar fortalecer los vínculos antes de encauzarlo enseguida hacia la separación».

Por eso se dice que los COF no necesitan mucha publicidad. Tan sólo el boca a boca funciona

para que las parejas vayan llegando.

El enemigo de la pareja



¿Y por qué llegan? Por múltiples motivos. Cada caso es único. «Los matrimonios, en sus diferentes etapas, tienen momentos de crisis -explica la profesora Tonini-. Éstas no tienen por qué suponer una ruptura, sino oportunidades de crecimiento. En la consulta se les ayuda a prevenir estos momentos, y poner en acción todas las estrategias para fortalecer su matrimonio: la pareja tiene que salvaguardar un tiempo específico para ellos, para dialogar, para encontrarse. El enemigo número uno de la pareja hoy es la falta de tiempo: las parejas son huérfanas de tiempo. También son importantes las manifestaciones de atención hacia el otro. Y es que los dos, marido y mujer, tienen que cultivar a un tercero, que es la relación conyugal; saber renovar cada día el *Te quiero*, y repetirlo».

Don Juan Carlos García, orientador familiar del COF diocesano de Getafe (Teléfono 91 665 31 45), señala que, «últimamente, se está notando mucho la crisis. Cada vez hay más paro, más deudas, y eso provoca mayor crispación en el entorno familiar». Y añade: «En un COF se llora y se grita mucho». Tan duro como real, así es la descripción que hace Don Juan Carlos de su lugar de trabajo. Un trabajo en el que, evidentemente, los profesionales deben respetar escrupulosamente el secreto profesional y la confidencialidad. «Cuando llega la gente -explica-, los niveles de dolor y ansiedad son tan grandes que no pueden aguantar más. Por eso, nuestra labor como orientadores es intentar rebajar esa tensión, buscando los puntos en común, las ventajas de su convivencia... Tienen que aprender a resolver sus propios problemas. Las cosas llegan a enquistarse tanto que parece que no pueden comunicarse si no es discutiendo».

«Los casos más fáciles de solucionar -según este orientador del COF de Getafe- son aquéllos provocados por las dificultades de comunicación, que no se han dejado pasar mucho tiempo. Suele ser gente joven, que lleva poco tiempo casada y que afirman que *discuten mucho*. Los más complicados son, por ejemplo, la infidelidad, así como las parejas que tienen problemas de trastornos psicológicos, que son muy complicados de asumir y sobrellevar por el otro cónyuge. Además, están las adicciones, que nosotros solemos derivar a otros especialistas».

En opinión de doña Marta Pedraz, médico, orientadora y mediadora del COF de Boadilla del Monte, de Madrid (Teléfono 91 632 53 82), perteneciente también a la diócesis de Getafe, «la mayor fragilidad matrimonial está en los cinco primeros años de casados. Cada uno tiene su historia personal, cada uno piensa: *Lo normal es lo mío*, y se casan pensando que el matrimonio es un punto de llegada, cuando en realidad es un punto de partida. Suele tratarse de gente joven, ambos con trabajo, donde parece que se entregan todo, pero en realidad no es así. No se entregan las cuentas corrientes, no se comparten objetivos ni valores, y por tanto no se han planteado cómo va a ser el día a día de la convivencia, quién va a tomar las decisiones, y qué decisiones».

Los milagros de los COF



Para la doctora Pedraz, «en los COF se dan muchos casos que rozan el milagro: casos de parejas que llevan 60 años casados, y parece que no aguantan más, se han tirado los trastos a la cabeza... Al final, logras estabilizarlos y te das cuenta de que hay un problema terrible de estado de ánimo, mucho agotamiento, o estrés, porque quizá el marido empieza a tener síntomas de demencia... Si tratas ese cansancio y esos problemas, te das cuenta de que el conflicto no es tan desesperado. Y es que hay muchas veces en que ellos saben que les sucede algo, pero cuando empiezas a trabajar en ello te das cuenta de que, en realidad, suceden otras cosas: soledad, cansancio, estrés...»

Internet es otro *invitado* reciente a los problemas de pareja. Resulta que se trata de un foco importante de infidelidades y adicciones, que ponen en peligro, de una forma absurda, la relación. ¿Es posible superar una infidelidad? Parece imposible, pero una especialista como la doctora Pedraz afirma que es posible, aunque no siempre. «Las mujeres lo pasan fatal, exigen volver a ser conquistadas. Y si la otra persona lo intenta de verdad, es posible recuperar la confianza. Es algo que puedo decir por experiencia, porque he sido testigo de ello. Hay que darse cuenta de que no se parte de cero, sino de un pasado en común donde es posible ver que las personas somos humanas y falibles. Lo cierto es que, cuando una persona pide ayuda, es porque está deseando salir. También es necesario reconocer que hay casos en los que las personas infieles acuden a terapias como coartada, para decir: *Incluso he pedido ayuda a la Iglesia, y como no ha podido solucionarlo, me separo*. Y es que, cuando hay interés de solucionar un conflicto de pareja o familiar, se nota claramente, así como cuando no lo hay». Hay tan sólo una excepción en la que un orientador prescribiría la separación: «Cuando está en juego la vida de las personas, por maltrato físico o psíquico -afirma la doctora Pedraz-. También he de decir que yo no lo he hecho nunca, y he tratado a más de 100 familias». La clave, en definitiva, está en «querer querer».

Se acabó el amor, o *Ya no estoy enamorado/a* son argumentos archiconocidos. La doctora Pedraz señala que «la inmediatez es un grave problema: la necesidad de satisfacer un deseo con minúscula, y según se satisface, se extingue. *Ya no le quiero*, dicen. Y la pregunta es: *¿Le quieres querer?* Suelen responder: *No puedo, es superior a mis fuerzas*. Nosotros les decimos: *Pero le querías cuando te casaste; ¿qué ha pasado desde entonces?* En muchas ocasiones, el final de los matrimonios procede de la cultura dominante de permanecer casados *mientras dure el amor*. Es necesario hacer comprender que el amor se basa en sentimiento, inteligencia y voluntad, no sólo sentimiento. Los sentimientos son el motor del corazón, no son ni buenos ni malos; pero las acciones derivadas de ellos sí pueden hacer daño, o sanar. En una dinámica de matrimonio, intentamos modificar una actitud; por ello, se les prescriben tareas como que tengan un detalle con el otro, acciones que alimentan una actitud que va reduciendo la hostilidad entre ambos. Siempre reforzando lo positivo, y aprendiendo a mirar lo negativo desde otra óptica».

El hombre está hecho para cosas grandes, infinitas. Especialmente en su sed de amor. Hace tiempo que una historia recorre el mundo a través de Internet. Puede que no sea verdadera, pero ¿quién no reconocería que ésta es *la clase de amor que quisiera para su vida?*: «Un hombre de cierta edad vino a la clínica donde trabajo, para curarse de una herida en la mano. Tenía bastante prisa, y le pregunté el motivo de su urgencia.

Me aclaró que tenía que ir a una residencia de ancianos, para desayunar con su mujer, que vivía allí. Llevaba ya un tiempo en ese lugar, pues sufría Alzheimer. *Ella no sabe quién soy. Hace casi cinco años que no me reconoce* -me dijo-. *Entonces* -le pregunté extrañado-, *si ya no sabe quién es usted, ¿por qué esa necesidad de ir todos los días, y tan puntual?* Me sonrió, me dio una palmadita y me dijo: *Ella no sabe quién soy yo, pero yo todavía sé muy bien quién es ella.* Tuve que contener las lágrimas y, mientras se iba, pensé: *Ésa es la clase de amor que quiero para mi vida.* **A. Llamas Palacios**

❖ «¿Por qué estar regular, pudiendo estar bien?»

La autora de este artículo es una joven esposa, una de tantas personas que nunca se imaginó que acabaría acudiendo a un Centro de Orientación Familiar, pero que, llegado el momento, decidió luchar, junto a su marido, por su matrimonio, fundado sobre cimientos sólidos, para aprender a conocerse mejor y superar los conflictos que les impedían ser plenamente felices

En más de una ocasión, he animado a algún amigo a buscar ayuda en algún mediador u orientador familiar. Nunca pensé que algún día también yo estaría en una consulta de ese tipo. Pero, la verdad, de momento no me arrepiento.

Lo primero que me gustaría decir es que no hace falta tener una crisis profunda en el matrimonio, o plantearse la separación, para acudir a hacer terapia de pareja. La convivencia no siempre es fácil, y en ocasiones surgen dificultades o situaciones ante las que parece imposible conciliar posturas. Por supuesto que con estas diferencias se puede vivir, pero muchas veces son un lastre para la relación. Y, como dice nuestra terapeuta, *¿por qué estar regular pudiendo estar bien?*

En las sesiones que llevamos, hemos profundizado en lo que significa la vocación al matrimonio, y hemos aprendido, más allá de los tópicos, lo que caracteriza a la psicología masculina y a la femenina. Todo ello con una tremenda discreción y sin que ninguno de los dos se sienta violento. No hemos hablado en ningún momento de nada que no hayamos querido contar. A mí me preocupaba que mi marido pensara que quiero que cambie. Me encanta cómo es, y además no creo que sea lícito pretender cambiar a nadie. Esto también quedó claro en una de las primeras sesiones. Lejos de terminar en una guerra de reproches, se trata, ante todo, *de cambiar nuestra manera de mirar al otro*, y de intentar modificar cada uno lo que descubra que debe modificar.

Como de fondo hay asuntos tan íntimos y tan delicados, una de las cosas que más me preocupaba era la confidencialidad de los profesionales. En este sentido, hemos descubierto unos profesionales que nos ofrecen total discreción.

A mi alrededor tengo muchas mujeres que tienen una actitud de resignación pasiva ante lo que es la familia y la convivencia matrimonial. Pero yo no creo en ese tipo de resignación, a la que incluso muchas veces le cargan el sambenito de *crisiana*, y que se traduce, por principio, en una conformidad ante la adversidad, porque *hay cosas que no se pueden cambiar*. La resignación *crisiana* es una virtud cuando uno se abandona en manos de Dios, después de haber puesto todos los medios humanos posibles para superar las contrariedades con las que nos encontramos en el camino. Claro que hay territorios donde la acción humana, por mucho que se empeñe, no puede conseguir nada, pero también hay otros en los que sí puede hacerlo. Contra muchas de las pequeñas adversidades que se presentan en el matrimonio, hay que luchar de forma activa, y buscar, con esperanza, la resolución de los conflictos. Nací peleona y estoy enamoradísima de mi marido, y quiero seguir estándolo siempre. Por eso quiero que cada momento de dificultad sea una oportunidad para que ambos crezcamos como personas en nuestra vocación al matrimonio, y esto uno no siempre puede hacerlo solo. **Una joven esposa**