



## **Barbara Innecken – Porque os quiero a los dos**

### **El vínculo con padre y madre**

En el capítulo anterior mencioné el amor original de todo niño a sus padres. Este amor incondicional y los lazos que conlleva vienen dados ya solo por el hecho de que los padres le regalaron la vida. Los lazos entre hijos y padres carnales existen para siempre, son indisolubles, incluso cuando el niño no vive con sus verdaderos padres o es adoptado. Lo ideal, naturalmente, sería crecer con los padres carnales, como la mayoría de los niños, ya que esto fortalece la relación mutua. En el mejor y más habitual de los casos, los padres son las referencias más importantes en la vida del niño, que será protegido, alimentado y educado por ellos y de los que,

además, aprenderá el efecto de la interacción de dos seres diferentes, a menudo contrarios, la complementariedad de lo masculino y lo femenino, de lo paterno y lo materno.

El saberse perteneciente a ambos, padre y madre por igual, tiene una importancia existencial para el niño. “El desarrollo del ser humano tiene lugar en el seno de la familia. Si el niño o el adolescente se siente visto y valorado en su forma de ser por sus padres, podrá desarrollarse. Su autoestima crecerá y podrá abandonar el nido familiar sin romper los vínculos. Sabiéndose abrigado en el seno de la familia, podrá concentrarse en sus asuntos escolares y en sus amistades e invertir más energía en el desarrollo de sus capacidades cognitivas y sociales”.

### **El movimiento amoroso interrumpido**

Lo que a primera vista podría parecer la cosa más simple del mundo, puede ponerse difícil en la realidad de la convivencia familiar. Ya he mencionado algunas dinámicas que pueden obstaculizar el *flujo del amor*: un niño demasiado herido por haber sido separado de sus padres a edad temprana, a menudo solo puede aceptar parcialmente el amor que estos le brindan.

Jessica, por ejemplo, nació con un defecto en el corazón y durante sus primeros años de vida tuvo que pasar largos períodos de tiempo en el hospital. Aunque sus padres siempre estuvieron pendientes de ella y sin duda la querían, la niña se mantuvo inaccesible y encerrada en sí misma hasta la enseñanza primaria. Una terapia kinesiológica del trauma la ayudó a aliviar el dolor de la temprana separación y a abrir su corazón poco a poco al amor de sus padres.

Pero no solo la ausencia física, sino también la ausencia emocional o anímica de los padres puede hacer daño a un niño y ocasionar que se cierre emocionalmente. El padre del pequeño Jonathan, cuyo propio padre había estado largos años prisionero durante la guerra, sufrió mucho a causa de su ausencia. Ahora que él mismo es padre, se siente a menudo como “de piedra”, desamparado y sin recursos para con su hijo. Le falta la imagen interna de un padre que acompaña a su hijo durante la infancia.

Este ejemplo lo confirman muchos progenitores: quien en la infancia sufrió un *movimiento amoroso interrumpido* hacia los padres, siente menguada su propia capacidad de querer a los hijos y de relacionarse de forma sana y generosa con ellos. En este caso hay que curar las heridas, las que están sufriendo los hijos y las antiguas de los padres. Para los niños resulta enormemente sanador el que sus padres, ya sea a través de trabajo personal terapéutico, o con ayuda de una constelación familiar, vuelvan a poner en marcha el flujo interrumpido entre ellos y sus propios padres, los abuelos. Si lo consiguen, el amor hacia los hijos volverá a fluir y el corazón infantil volverá a abrirse.

### **Dos en uno**

Pero también partiendo del feliz y por suerte muy común caso de que los padres quieran a sus hijos de todo corazón y que estos puedan aceptarlo y tomarlo sin limitaciones, este amor mutuo no se vive siempre sin complicaciones. Una dificultad clásica es comprender y aceptar que un niño siempre lleva en sí parte de uno y parte de otro, y *permitir* que sea así. Suena fácil, pero la realidad es que a muchas madres les resulta muy difícil aceptar que su hijo o hija tiene las cualidades menos deseables de su padre, así como el padre puede verse incapaz de aceptar en sus hijos aquello que no ama en la madre.

Cuando un hombre y una mujer se enamoran, solo perciben lo que tienen en común y el deseo de unirse uno con otro. Más tarde van descubriendo “el otro lado” del amado, que trae ideas, valores y normas de su familia original que incluso pueden llegar a ser contrarios a los de su media naranja. Si esta pareja consigue respetar mutuamente el sistema de valores de las familias de origen, los hijos se sentirán a gusto; al fin y al cabo también quieren a los abuelos de ambas partes por igual. Si los padres consiguen respetar a su pareja tal y como es, y también su forma de ver y gestionar la vida, los hijos de ambos se sentirán queridos y respetados, ya que perciben que los aspectos heredados de ambos padres son dignos de aprecio.

En una ponencia, Bert Hellinger dijo una vez a los padres presentes: “¿Queréis que os diga la palabra mágica que hace felices a los niños? Esa

palabra es *sí*, un *sí* mutuo que se dan los padres el uno al otro y que los hijos sienten como un *sí* también hacia ellos.”

### **Conflictos entre los padres**

Que los padres se acepten y respeten mutuamente no significa que estén siempre de acuerdo. Más bien se trata de tolerar y respetar la opinión o la forma de sentir del otro. Por ejemplo, en cuestión de educación. “Los dos traen diferentes ideas de cómo educar a los hijos, de qué exigir de ellos o cómo tratarlos. Todos los padres conocen la desazón que les provoca ver que su pareja intenta introducir en la familia valores que le resultan extraños o dañinos. Clásica es la angustia de la madre cuando el padre anima a los hijos a hacer cosas que ella preferiría evitar o cuando él trata a los hijos con un rigor tan estricto que parece amenazar la integridad de los niños. Y al contrario, claro”.

Una de las grandes tareas de los padres es aclarar las diferencias que existen entre ellos, dejando fuera a los hijos. En la práctica, esto significa hablar o discutir sobre los temas conflictivos sin que los niños estén presentes, expresando cada uno cuán difícil le resulta tolerar estas diferencias. En una conversación tal, los padres pueden acordar cómo comportarse cuando surjan temas de educación en los que no estén de acuerdo el uno con el otro, siempre intentando que la influencia de las dos partes quede equilibrada.

“Puede ser que la madre consiga imponerse cuando la hija quiere salir con su novio mientras que el padre preferiría no permitirselo. En un caso así, ambos tienen que ser consecuentes con su decisión conjunta, aún y cuando al padre le toca aquí renunciar a su opinión y a su voluntad. De la misma forma puede ocurrir que después de una lucha improductiva con el hijo adolescente a causa los deberes la madre termine por dejarle solo con sus tareas y delegar el control al padre cuando llegue a casa. A menudo un paso tal supone un alivio para toda la familia y quizá el hijo adolescente pueda aprender de esta forma a responsabilizarse más de sus cosas y de su forma de administrar el tiempo”.

Si los padres consiguen aclarar sus diferencias entre sí, no solo en cuestiones de educación, los hijos se sentirán seguros bajo su techo. En

cambio, si los adultos permiten que los conflictos se desaten delante de los hijos, o si intentan mantenerlos tapados, los niños saldrán inevitablemente a escena en un rol que no les corresponde, alarmados por la posibilidad de una separación. Aquí solo hay dos posibilidades: o bien el niño se mete en el asunto sin que nadie lo llame, o bien uno de los padres intenta ponerlo de su parte. Ambos comportamientos son causas de sufrimiento para el niño, que ama tanto a su padre como a su madre y quiere mantenerlos juntos. ¿De parte de quién debería estar? ¿A quién de los dos apoyar? Por un tiempo decide ponerse del lado del más débil, pero cuando nota que así hiere al otro, se siente atrapado en una tensión dolorosa y quizá no encuentre más solución que dar la razón a uno, mientras en secreto se solidariza con el otro.

Atrapados en esta penosa situación, muchos niños desarrollan lo que solemos llamar *trastornos del comportamiento o del aprendizaje*, tanto en casa como en el colegio, para llamar la atención de los adultos. Es como si quisieran decir: “Esto es demasiado para mí, yo solo soy un niño y os quiero a los dos. Mirad lo difícil que me resulta todo esto. Por favor, ocupaos de mí, ya que sois mis padres”. La tarea de los padres en este caso sería transmitirle al hijo claramente: “Tenemos un conflicto, pero solo nos concierne a nosotros, no a ti. Nosotros somos los mayores y lo vamos a arreglar sin tu ayuda. Y tú puedes estar tranquilo”. Si el niño percibe este mensaje, puede relajarse y volver a sentirse seguro en el sitio que le corresponde, el *lugar del niño*.

Hay muchas publicaciones de autoayuda que pueden guiar a una pareja hacia una forma más sana de solucionar sus conflictos. En este libro, en el último capítulo, propongo el ejercicio “*Mirar a través de los ojos del otro*”, para el que puede ser de gran ayuda dejarse guiar por la pareja o por otra persona. También puedo recomendar los “*Diálogos Semanales*” de Michael Lukas Moeller, que en mi opinión aportan mucho a una mejor comunicación entre hombre y mujer.

Si estas u otras propuestas de autoayuda no son suficientes, aconsejo acudir a un consultorio para parejas en el que se ofrezcan también Constelaciones Familiares, ya que muchas veces los conflictos de pareja tienen su fuente en las familias de origen y deben ser solucionados en su

seno, el lugar al que pertenecen. Una vez reestablecido el orden y solucionado el conflicto en su lugar de origen, la pareja tiene la oportunidad de reencontrarse.

### **Padres separados**

Cuando los padres deciden separarse porque no ven forma de continuar juntos su camino, va a haber consecuencias para los hijos. Cuanto más clara sea la decisión, más fácil será el proceso de readaptación para ellos. Los hijos se sienten a menudo culpables de la separación, por eso es tan sumamente importante que los padres les transmitan: “Nos separamos porque ya no nos llevamos bien, pero eso no tiene nada que ver contigo, es un asunto nuestro, y tú puedes seguir teniéndonos a los dos de padres, aunque no vivamos juntos”. En el caso de una separación de los padres, igual que en los conflictos, es vital que los niños permanezcan en su lugar, el que les corresponde a los niños, y no se les permita meterse en los asuntos de los padres. Para ellos es más fácil soportar el dolor que les causa la separación si los padres adoptan completamente la responsabilidad y les ahorran el papel de tener que tomar partido por uno de ellos. Todos sabemos que no es fácil aceptar y procesar el resentimiento, el dolor de la pérdida y la desilusión de una separación. Por eso es muy tentador buscar consuelo en los niños, contándoles lo malo e infiel que es el padre o la madre. Pero si los dos consiguen buscar apoyo en otros adultos, dejando a los niños fuera, les estarán regalando la posibilidad de mantener en su corazón una imagen intacta de su padre y de su madre que les permita seguir queriendo a los dos sin sentirse culpables.

En una ponencia titulada “Como padres, unidos para siempre”, la pedagoga y terapeuta Marianne Franke-Gricksch lo explicó así: “Me parece razonable considerar la relación padre-madre separadamente de la relación de pareja. Eso significa que, en caso de separación, es la pareja de amantes la que se separa, no los padres. En la mayoría de los casos los niños se engendran dentro del amor de un hombre y de una mujer que quizá vivan juntos y que quizá sean un matrimonio. Esa relación amorosa puede terminar después de un cierto tiempo, pero la relación parental no termina nunca.”

Recordemos la corriente del *Río de la Vida*: ha fluido a través de esa pareja en su función de padres y los ha unido con una tarea vital. Claro está que no es fácil seguir siendo buenos padres cuando ha terminado la relación amorosa. Pero si los dos consiguen ser consecuentes y respetar al otro como padre o madre, el bienestar de los hijos no peligrará a pesar de la separación.

La gran mayoría de los niños viven con sus madres después de la separación. Estas mujeres tienen una tarea muy compleja que cumplir: ocuparse de los niños a pesar de la conmoción que sufren, en algunos casos tener que ganar dinero y, además, tratar de integrarse en su entorno y en la sociedad en su nuevo rol de madre soltera. Siento gran respeto ante lo que hacen, pero también quiero animarlas e invitarlas a no abandonarse a la rabia que sienten por su ex-pareja, sino a buscar soluciones que posibiliten una relación parental respetuosa. A veces es un camino largo y tortuoso, pero sin duda merece la pena. Respeto enormemente a las mujeres que pueden llegar un día a decir al padre de sus hijos: “Te doy las gracias por nuestros hijos. Sin ti no estarían aquí. En tu rol de padre de nuestros hijos te doy un lugar en mi corazón”. Si la madre llega a tener esta actitud interna, su hijo de seis años se atreverá a proclamar sin miedo “Ya sé manejar el martillo tan bien como mi papá”, con lo que demuestra sentirse orgulloso de *su mitad* paterna sin tener que esconderla delante de la madre. Con una actitud tal es posible que los padres separados sigan dialogando sobre el desarrollo de los hijos y puedan decirles algo así como “Nosotros hablamos de ti, de lo que creemos que es lo mejor para tu desarrollo, nos alegramos de que seas nuestro hijo y creemos que vas a ser capaz de vivir bien aunque estemos separados”.

### **Cuando los niños sustituyen a la pareja perdida**

Cuanto mejor consiga la pareja separada seguir siendo una “pareja de padres”, menor será el peligro de que un hijo se coloque al lado de uno de los dos para sustituir al compañero perdido. Si el hijo, por ejemplo, nota que su madre está muy necesitada o sola, desarrolla hacia ella una actitud que podríamos resumir así: “Querida mamá, no estés triste, que yo me voy a ocupar de ti, te voy a dar lo que te falta”. Al hacerlo, el pequeño

abandona su lugar de niño y pasa a ocupar el lugar del compañero de la madre. Con ello pone en juego la relación con el padre, ya que empieza a sentirse como una mejor pareja que él. Gracias a este rol, el niño gana en importancia. En primera instancia puede resultarle ventajoso, pero al fin y al cabo es una responsabilidad que le queda grande y que le unirá demasiado, a veces para el resto de su vida, a la madre. En definitiva, pone su vida al servicio de la madre, en lugar de concentrar su energía en convertirse en una personalidad propia y fundar su propia familia.

También hay que tener en cuenta que los niños no adoptan este rol de sustitutos solo cuando los padres se separan, sino también dentro del matrimonio, cuando uno de los padres sufre carencias, soledad o se siente abandonado por el otro. En estos casos el hijo intenta ponerse al lado del necesitado, pagando el altísimo precio de un trastorno en la relación con el otro.

Por ejemplo, la pequeña Franziska es una “niña de papá” en toda regla. A sus siete añitos encandila a su padre con una sonrisa mientras que con su mamá se muestra tozuda y desvergonzada. Cuando la madre acude a mi consulta con ese problema constelamos con GNI. El resultado es que el marido no se siente visto por su mujer y por eso le hace tanto bien que la niña le brinde su amor exclusivo y lo apoye. Pero ningún miembro de la familia era consciente del precio que estaba pagando la pequeña.

Para parejas separadas rige lo mismo que para las demás: si la relación de pareja no está “aclarada”, los niños pagan. En cambio, si los padres se hacen responsables de aclarar sus problemas de pareja, los niños se sentirán libres y podrán apoyarse en sus padres con confianza.

En el caso de una separación, la pareja necesita tiempo para adaptarse a su nuevo papel de “padres sin relación amorosa”. Esta readaptación es un proceso sujeto a fuertes vaivenes de progreso y retroceso. A veces es solo uno de los padres el que cumple realmente con su papel. Algunos, incluso, no desean seguir en contacto con sus hijos. ¿Qué hacer como madre si el padre abandona la relación activa con sus hijos? Esta mujer tiene la difícil tarea de integrar – a pesar de todo – al padre en la familia, por ejemplo con comentarios como: “Seguro que tu papá estaría tan orgulloso como yo



de esta buena nota en el examen". Siempre que la madre muestra que ve y respeta a ese padre que los hijos comunes llevan dentro de sí, estos se sienten queridos y reconocidos.

Recomiendo a parejas separadas que, por el bien de sus hijos, no pierdan la esperanza a lo largo de este difícil proceso hacia la nueva forma de ser padres que tienen que crear. Si ven que es demasiado difícil hacerlo solos, es recomendable buscar el apoyo profesional de mediadores o terapeutas. Una constelación familiar puede contribuir a que todos los miembros de la familia encuentren un buen lugar en el sistema.

### **Cuando muere uno de los padres**

Cuando muere el padre o la madre de un niño el otro queda en una difícil situación; no solo tendrá que superar la pérdida del ser querido, maniobrando con todos los sentimientos que conlleva, sino que además deberá apoyar al hijo común, consolarlo y, al fin y al cabo, desempeñar el papel de ambos padres a la vez. Para el niño será importante que el padre o madre desaparecido pueda estar presente, al menos a un nivel anímico profundo, es decir, que pueda mantener un lugar para él o ella en su corazón infantil. El padre o madre sobreviviente puede contribuir a que sea así contando de vez en cuando anécdotas de cuando el otro vivía, mirando juntos fotos de aquella época, reservando un lugar bonito en la casa para una foto o retrato suyo. Imaginar que el difunto "está en el cielo" velando por el bien del niño también puede darle la sensación de que el papá o la mamá está todavía presente y consolarlo. Frases como "Lo has hecho muy bien, me alegro mucho, y seguro que tu mamá que está en el cielo se alegra mucho también" pueden ayudar a mantener la presencia del que tanto le falta al niño.

En el caso de que el superviviente no consiga superar la pérdida de su compañero, puede ocurrir que el niño quiera curarle esa herida y ocupe inconscientemente el lugar vacío: "Querida mamá, estás tan triste que voy a sustituir a papá lo mejor que pueda para consolarte". Solo en el caso de que el niño sienta que su padre o madre es capaz de superar el dolor solo o con apoyo de otros adultos, prescindirá del intento de ayudarlo como sea.

Un nuevo amor puede ser sin duda un motivo de felicidad después de tanto duelo, pero para el niño es sumamente importante que el padre o la madre muertos sigan siendo sus padres y puedan seguir viviendo en el lugar que les está reservado en su corazón.

### **Familias ensambladas**

Las familias ensambladas, también denominadas *patchwork*, se componen de dos o más familias ajenas que se juntan. Este préstamo del inglés, que originalmente denomina el arte de confeccionar una colcha con un diseño armónico a base de muchos diferentes restos de tela, ha pasado a usarse para hablar de un nuevo tipo de familia cada vez más extendido a causa del gran número de divorcios y separaciones.

Cito literalmente a Marianne Franke-Gricksch en su ponencia “¿Y ahora tengo dos papás?”: “La separación, el divorcio y el matrimonio con una nueva pareja no son un desastre, sino una realidad social que todos deberíamos reconocer”.

Pero ¿qué condiciones necesita una familia *patchwork* para poder llegar a convertirse en un todo armónico y en una buena solución para los niños?

Los hijos permanecen unidos para siempre a su sistema de origen. Esto implica que el amor hacia el padre o la madre carnal siempre será el primero. Por ejemplo, suele pasar que la madre tenga una nueva pareja que se ocupe con gusto de sus hijos. Aunque este hombre tenga un trato en apariencia más agradable o distendido con ellos, la madre debe ser consciente en todo momento de que estos, en el fondo, siempre serán leales a su padre carnal. Si ella no les exige que vean en su nueva pareja a un papá, el padre carnal podrá estar presente en la nueva familia.

Cuando el niño rechaza por iniciativa propia al padre carnal y da preferencia al segundo marido de su madre, puede que esta piense que su nueva pareja sería un buen sustituto de padre. Sin embargo, debería interpretar este comportamiento como una señal de alarma, ya que el niño está cortándose el acceso a sus fuentes originales de energía y fuerza.

Visto a largo plazo, sería más sano que los niños se mostraran algo reservados con respecto al compañero de su madre. Esta reserva no le

facilita las cosas al “nuevo”, pero debería aceptarla y enfocar la relación con los niños con una actitud que podría resumirse así: “Ya sé que tenéis miedo de que os quite a vuestra madre. Yo la quiero y me gusta como mujer. Pero vosotros estabais antes que yo aquí y tenéis el primer puesto. Yo nunca seré vuestro padre, ya tenéis uno y respeto el primer matrimonio de vuestros padres aunque al final no fueran felices. Y si algún día necesitáis consejo o ayuda, podéis acudir a mí.”

Lo dicho se puede aplicar igualmente al caso de que el padre conozca a una nueva mujer y viva con ella y con sus hijos. Solo que aquí el peligro de que los niños prefieran a la nueva mujer antes que a su madre carnal es todavía mayor. Esta preferencia puede resultar en principio agradable para la pareja, pero en el alma del niño tiene, al fin y al cabo, el efecto de un *movimiento amoroso interrumpido* con todas sus consecuencias.

Prueba de lectura de:

Barbara Innecken: **Porque os quiero a los dos**

Editorial Desclée de Brouwer, Bilbao, 2015.