



## **Las crisis familiares**

*Idarmis González Benítez<sup>1</sup>*

### **RESUMEN**

Con este trabajo nos propusimos actualizar el tema de las crisis familiares. Se pone de manifiesto que tanto los eventos propios del desarrollo, como los accidentales, dan lugar a la aparición de crisis en la familia. Queda esclarecido, que no necesariamente han de tener implicaciones negativas para la familia. Se hace énfasis en la valoración del evento por la familia y su significación. Se destaca el papel de los recursos familiares como protectores y moduladores de las crisis. Por último se señalan algunos pasos a seguir en la intervención familiar.

Descriptores DeCS: RELACIONES FAMILIARES; ACONTECIMIENTOS QUE CAMBIAN LA VIDA.

Durante las diferentes etapas del desarrollo familiar, la familia enfrenta diferentes momentos críticos del ciclo evolutivo, que implican cambios tanto individuales como familiares, los que pueden constituir un período de crisis.

En estos períodos de transición de una etapa del ciclo vital a otra hay indefinición de las funciones, porque los miembros de la familia están asumiendo un nuevo rol. El querer conciliar ambos funcionamientos produce en ocasiones fluctuaciones, inestabilidades, transformaciones, que se expresan en ciertos niveles de desorganización de la familia, y es lo que se denomina como crisis evolutiva.<sup>1</sup>

Según *Blaustein S.* estas crisis son llamadas evolutivas, porque están en relación con los cambios biológicos, psicológicos y sociales de cada uno de los miembros de la familia, y con los cambios, en consecuencia, de las pautas de interacción en el contexto familiar. En estas crisis evolutivas se cambian las viejas pautas de interacción por otras nuevas que posibilitan, a cada uno de los miembros de la familia, el desempeño de nuevas funciones

en sus roles, poniendo de manifiesto un desarrollo cada vez más acabado de individuación y de una estructura familiar cada vez más compleja y diferente a la anterior, lo que da lugar al crecimiento y desarrollo de la familia.

Por su parte *Louro I.* plantea que en este proceso de cambio predominan las tareas denominadas de desarrollo, las que están relacionadas con las etapas del ciclo vital que necesariamente tiene que atravesar la familia para desarrollarse, crecer y madurar. Cuando cada uno de los miembros de la familia tiene bien definidas sus funciones y los roles correspondientes al ciclo vital cronológico, va creándose una estructura familiar organizada que le permite tener un desarrollo en su identidad familiar y en la individualidad personal de sus componentes. Ahora bien, si en el esfuerzo de reorganización familiar la propia estructura familiar, por su falta de flexibilidad, no lo permite, aparecen entonces las disfunciones familiares.

Estas crisis son denominadas normativas o transitorias. El término *transitoria* está utilizado, como señala *Pérez C.* "en un sentido cinético y no en el sentido temporal de la palabra, esto es: una crisis es transitoria en función de que posibilite o no el paso de una etapa a la otra del ciclo vital y no se refiere en ningún sentido al tiempo de duración de la crisis".

Sin embargo, la dinámica familiar como todo proceso en desarrollo no es lineal y ascendente. Este proceso se ve afectado en muchas ocasiones por situaciones, que introducen cambios en su estructura y funcionamiento, debido a la existencia de hechos que actúan como fuentes generadoras de estrés, como es el caso del divorcio, padecimiento de una enfermedad crónica, o el fallecimiento de un miembro de la familia, los cuales tienen una expresión particular en cada familia en dependencia de su historia, su propia dinámica, de la significación que asigna al evento o situación, y de los recursos con que cuenta para hacerle frente. En este caso las tareas que debe desarrollar la familia, son tareas de enfrentamiento que se derivan de las llamadas crisis no transitorias o paranormativas.

Como hemos visto las crisis familiares están asociadas tanto a la ocurrencia de determinadas situaciones transitorias de la vida familiar como el matrimonio, el nacimiento de un hijo, la jubilación, que dan lugar a las llamadas crisis normativas; como también por situaciones o hechos accidentales, que desencadenan las crisis no transitorias o paranormativas, que generalmente tienen un mayor costo para la salud. Las crisis familiares han sido abordadas por algunos autores dada la importancia que le atribuyen en la salud familiar.

Al término crisis se le han dado diferentes significados, según la intencionalidad de los estudios de los diferentes autores. Es una palabra que arrastra, desde siglos, un significado dramático y negativo, del cual, recién en los últimos tiempos y con el desarrollo de las nuevas concepciones sobre las crisis evolutivas, se ha tratado de dar un concepto más positivo. Derivada etimológicamente de un vocablo griego, crisis significa separación y elección, definiéndose con estas 2 acciones un proceso dinámico compuesto por un período, en el que deben producirse una separación (de algo - alguien), antes de que pueda darse una elección (de algo-alguien) como expresión de una evolución madurativa; y entre ambos un tiempo, un antes y un después. La comunidad científica, que considera la crisis como un fenómeno evolutivo que da lugar a nuevos estados organizacionales, plantea haber rescatado este concepto, considerándola como una expresión de

interrelación, donde no se puede concebir un tiempo sin el otro, donde no hay elección si no hay separación y ésta tiene que ser previa en aquella.

*Hamilton, Mc Cubbin y Fegley* en su libro *Stress and Family* conceptualizan las crisis como un aumento de la disrupción, desorganización o incapacidad del sistema familiar para funcionar. La familia en crisis se caracteriza por la inhabilidad a retornar a la estabilidad, y a la constante presión a hacer cambios en la estructura familiar y en los modelos de interacción.<sup>2</sup>

*Patterson J.* plantea que la crisis familiar se caracteriza por una desorganización familiar, donde los viejos modelos y las capacidades no son adecuados por largo tiempo y se requiere un cambio. Para este autor muchas crisis familiares son normativas que requieren cambios en la estructura y reglas familiares. Otras crisis son previamente promovidas por decisiones familiares para hacer mayores cambios; por ejemplo, cuando se hace un plan para mejorar el funcionamiento familiar y lograr una mejor satisfacción de las necesidades individuales y familiares. En otras situaciones la familia es impulsada hacia la crisis por la ocurrencia de eventos estresores no normativos, tales como, un accidente fatal en un miembro de la familia. Este modelo ve las crisis familiares como una variable continua que refleja la total ruptura del sistema, como por ejemplo, cuando ocurre un divorcio; también considera que existen crisis menores, que son virtualmente imperceptibles por la familia. Las crisis familiares representan el final del viejo sistema familiar, emergiendo nuevas formas de interacción.<sup>3</sup>

*Cohen y Ahearn* definen la crisis como una situación vital que incluye cambios, amenazas o dificultades, que originan desequilibrio personal. Puede derivarse de factores del desarrollo, como la pubertad, embarazo o edad madura; o de factores accidentales, incluidos un accidente automovilístico, incendio o desastre natural.<sup>4</sup>

Pusimos en su consideración diferentes acepciones del término crisis, algunas más próximas al significado de catástrofe, disrupción, destrucción, con mayor énfasis en los aspectos negativos de éstos, y otros que le dan un valor positivo que implica maduración, desarrollo y crecimiento.

En nuestra opinión las crisis no siempre resultan negativas a la familia ni se derivan de eventos traumáticos, desagradables, catastróficos. Las crisis relacionadas con el tránsito por las etapas del ciclo vital, las llamadas normativas, son situaciones que demandan cambios en el sistema, que generalmente significan contradicciones, desacuerdos, separación de viejos modelos de interacción, o asimilación de nuevas formas organizacionales; modificaciones éstas que contribuyen a la maduración, desarrollo y crecimiento del sistema familiar.

*Louro I.* señala que el vocablo crisis no implica la vivencia de circunstancias negativas o la máxima expresión de un problema, sino también la oportunidad de crecer, superar la contradicción con la consiguiente valencia positiva. Las crisis no son señales de deterioro, suponen riesgos y conquistas, son motores impulsores de los cambios. La familia en crisis no es necesariamente una familia disfuncional o problemática. El hecho de vivir en crisis no es necesariamente la causa de disfunción familiar, sino el modo cómo se enfrenta.

Ahora bien, existen las crisis paranormativas, que no son más que aquellos cambios o transformaciones que experimenta la familia en cualquiera de sus etapas de desarrollo,

que no están relacionadas con los períodos del ciclo vital, sino con hechos situacionales o accidentales; por ejemplo, divorcio, separación, abandono, muerte. Estas crisis suelen tener un impacto más desfavorable en la familia y un costo mayor para la salud.<sup>5</sup>

*Ortiz T.* plantea que los eventos que desencadenan estas crisis son:

1. Eventos de desmembramiento: son aquellos eventos vitales familiares, que constituyen separación de algún miembro y que provocan crisis por esta pérdida familiar (hospitalización, separación, divorcio, muerte).
2. Eventos de incremento: son aquellos, que provocan crisis por incremento a causa de la incorporación de miembros en la familia (adopciones, llegadas de familiares).
3. Eventos de desmoralización: son los que ocasionan crisis de este tipo por constituir hechos que rompen con las normas y valores de la familia (alcoholismo, infidelidad, farmacodependencia, delincuencia, encarcelamiento, actos deshonrosos).
4. Eventos de desorganización: son aquellos hechos que obstaculizan la dinámica familiar, y que por su naturaleza y repercusión facilitan las crisis familiares por desorganización (pareja infértil, divorcio, accidentes, enfermedades psiquiátricas, graves y retraso mental).

Las crisis paranormativas se clasifican en crisis por incremento, desmembramiento, atendiendo a la estabilidad de la membresía y de desorganización y desmoralización, por el efecto que causan en la dinámica familiar.

En el caso de la familia es importante, no sólo medir la ocurrencia del evento vital familiar, sino la vivencia que tiene la familia del evento.

Un evento vital no genera por sí solo crisis familiar, sino que éste es un proceso en el cual se implican otros elementos:

- La significación que la familia asigna al evento vital familiar.
- Los recursos con que cuenta la familia para hacer frente a las exigencias de ajuste del evento vital familiar.<sup>6</sup>

El significado que la familia asigna al evento va a depender de cómo la perciba ésta. La repercusión del evento varía en dependencia de la atribución del significado que tenga en cada familia. Tanto la significación, como los recursos pueden hacer variar la dimensión y el sentido de la crisis.<sup>7-9</sup>

Entre los recursos familiares más importantes se encuentra la cohesión, que se expresa en el nivel de apoyo mutuo, afecto y confianza entre los miembros de la familia. Cuando la familia puede contar con esta posibilidad de decisión conjunta, cuenta con un recurso muy positivo para el enfrentamiento a las diferentes problemáticas de la vida familiar. Otro puntal importante es la flexibilidad, ya que en la medida que la organización interna de la estructura familiar sea más flexible, permitiendo adoptar nuevos roles y reglas, se facilitará la solución de los conflictos. Esta capacidad del sistema da lugar al recurso de adaptabilidad, que no es más que la capacidad de la familia para enfrentar los cambios y adaptarse al medio social; es decir, la habilidad para cambiar de la estructura de poder, las relaciones de rol y las reglas en dependencia de la nueva situación.

La permeabilidad es otro recurso familiar que se refiere a la capacidad de la familia de abrirse hacia otras instituciones de la sociedad, permitiendo la relación prudente de sus miembros con otros subsistemas. Se manifiesta en la posibilidad de solicitar y permitir la ayuda desde fuera del sistema familiar. La apertura del sistema facilita el apoyo social de otras familias, de los amigos y compañeros más cercanos, y de otras instituciones sociales como pudiera ser el Médico de la Familia.

El apoyo social es un recurso que se puede referir al propio sistema cuando es la familia la que actúa como sistema de apoyo, brindando ayuda a todos sus miembros, o cuando la recibe de otras personas, grupos o instituciones.<sup>10</sup>

Tanto los eventos normativos como los paranormativos, tienen algunas especificidades que los caracterizan: por ejemplo, algunos eventos normativos se pueden prever, lo que permitiría hacer análisis con antelación, y redundaría en una preparación mejor para enfrentarlo; mientras que algunos eventos paranormativos pueden ser esperados, como es el caso de una hospitalización planificada, o una muerte después de un período largo de enfermedad. Muchos no se pueden prever como el caso de la muerte súbita, o por accidente, y el suicidio.

En ambos existen experiencias previas con algunos eventos: en los normativos se transmiten las experiencias de una generación a otra, como es el caso del embarazo, o la adolescencia; en los eventos paranormativos, la experiencia previa es menor, aunque en el divorcio, o la muerte de un miembro de la familia, es posible la existencia de experiencias anteriores en la familia.

La persistencia en el tiempo de las crisis que desencadenan los diferentes eventos, varía en dependencia del evento. Generalmente en los normativos el tiempo de la duración de las crisis es más breve, aunque por las características de algunos eventos, como la adolescencia, que está contemplada en un rango de edad mayor en estos momentos, pudiera considerarse con mayor tiempo de duración. En el caso de las paranormativas el período de duración de las crisis puede ser más prolongado y su recuperación más tardía. Esto no descarta que por la forma de enfrentamiento positivo de algunos de estos eventos se recuperen más rápido de la crisis.

El sentido de pérdida se tiene que ver también en dependencia del evento, aunque normalmente los normativos son menos drásticos en cuanto a la pérdida, hay que tener en cuenta la viudez, que sí tiene un gran sentido de pérdida. En los eventos paranormativos, el sentido de pérdida es más impactante en los eventos de desmembramiento, y no así en el resto. El impacto emocional y el daño a que se expone la familia, en los eventos normativos, puede tener menor intensidad, que en los paranormativos.

### **Propuesta de intervención ante las crisis familiares**

Antes de poner en práctica los procedimientos que apoyen y guíen a la familia a la recuperación, es necesario hacer una evaluación de la situación familiar, donde se deben tener en cuenta los siguientes aspectos:

1. Tipo de evento ocurrido, experiencias previas, intensidad de los factores estresantes.

2. La forma en que afectó a la familia, grado de desorganización y la conducta familiar reactiva ante el evento.
3. La historia de otras crisis familiares, los mecanismos de resolución de las crisis usuales, y los métodos de que dispone la familia para enfrentar las crisis.
4. Habilidad para adaptarse a la nueva situación, grado de flexibilidad del sistema familiar.
5. Nivel de apoyo disponible y de recursos familiares en general.
6. Nivel de aceptación de la ayuda.

Estos elementos pueden brindar, en alguna medida, una valoración de los posibles pronósticos de la capacidad adaptativa de la familia.

Entre los objetivos fundamentales, a los que deben ir encaminados la intervención podemos citar reforzar o fomentar los mecanismos adaptativos de la familia; ayudar a reordenar y a organizar el funcionamiento familiar; y ayudar a la familia a reconocer sus propios recursos protectores, que le permitan el reordenamiento familiar.

La resolución de la crisis está dirigida a la adaptación y a la recuperación del equilibrio familiar y los pasos a seguir para lograr esa resolución de la crisis son los siguientes:

1. Identificación de la fuente de estrés, detallar las causas que llevaron a la familia a la crisis.
2. Analizar la situación como un problema de toda la familia, y no de algunos miembros nada más.
3. Redimensionar la situación, manejando el significado y la gravedad del problema; ayudar a minimizar los efectos de la desorganización.
4. Buscar opciones para la solución del problema con los propios recursos de la familia, alentarlos en la búsqueda de nuevas soluciones.
5. Reforzar las soluciones positivas y destacar las habilidades familiares en la solución de los problemas.
6. Tratar de que la familia integre las nuevas situaciones a los acontecimientos cotidianos de la vida familiar.
7. Ayudar a la familia a recuperar la sensación de control, disminuyendo las sensaciones de impotencia, y las creencias de la carencia de habilidades para resolver los problemas.
8. Flexibilizar el sistema familiar.
9. Guiar y regular los esfuerzos adaptativos de la familia.

## **CONCLUSIONES**

El enfoque evolutivo de las crisis familiares ha permitido cambios en su conceptualización.

Las crisis familiares no siempre tienen consecuencias negativas, ni son referidas siempre a circunstancias traumáticas, sino que están relacionadas también con acontecimientos normales del desarrollo familiar. La familia en crisis no es siempre una familia disfuncional, son situaciones de cambio, que implican transformaciones en el sistema familiar, pero si la familia es capaz de asimilar estas reestructuraciones, pueden ser fuente de crecimiento y desarrollo familiar.

El evento familiar, por sí solo, no genera crisis, depende siempre del significado que le otorga la familia, y su repercusión va a estar relacionada, tanto con la capacidad adaptativa de la familia, como con el resto de los recursos con que cuenta la misma. Las acciones de prevención estarían orientadas fundamentalmente a fomentar la capacidad adaptativa de la familia.

## **SUMMARY**

With this paper we intend to update the topic of the family crises. It is shown that the own events of development as well as the accidental ones bring about the appearance of crises in the family. It is made clear that they not always have negative implications for the family. Emphasis is made on the assessment of the event for the family and its significance. The role played by the family resources as protective and modulators of the crisis is stressed. Finally, some of the steps to be taken in family intervention are mentioned.

Subject headings: FAMILY RELATIONS; LIFE CHANGE EVENTS.

## **REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

1. OMS. La salud y la familia. Estudios sobre la demografía de los ciclos de vida de la familia y sus implicaciones en la salud. Ginebra: OMS, 1978:34 (Serie de Informes Técnicos; No. 62).
2. Hamilton I, Mc Cubbin A, Figley C. Stress and family. Coping with catastrophe. New York: 1983;Vol2:5-50.
3. Patterson J, Garwick A. Levels of meaning in family stress theory. Fam Process 1994;33(3):287-304.
4. Cohen R, Ahearn F. Manual de la atención de salud mental para víctimas de desastres. México: Editorial Harla, 1989:22-24.
5. Patterson J. Families experiencing stress family. Syst Med 1988;6(2):200-30.
6. Pérez C. Crisis familiares no transitorias. Rev Med Gen Integr 1992;8(2):144-51.
7. Soto Y. Características de las manifestaciones del estrés y su relación con la familia. La Habana:Editorial Pueblo y Educación, 1991;20-30.
8. Bages N. Estrés y salud. El papel de los factores protectores. Comportamiento 1990;1(1):16-27.
9. Bogd F, Steiner G, Boland M. Children, families and HIV/AIDS. New York: Guilfort, 1995;115-17.
10. Zaldívar D. Conocimiento y dominio del estrés. La Habana: Editorial Ciencia y Técnica, 1996:5- 40.