**6. LA ARMONÍA ENTRE LOS PADRES AYUDA A CREAR UNA BUENA ATMÓSFERA EN EL HOGAR**

**Propósito.** Enfatizar la importancia  que tiene para la atmósfera del hogar que los padres y esposos enfrenten constructivamente los conflictos que se presentan en el hogar y en su relación de esposos.

**Lectura.** «Los padres crean en extenso grado la atmósfera del hogar que reina en el círculo del hogar, y donde hay desacuerdo entre el padre y la madre, los niños participan del mismo espíritu» (HC, 12).

**Introducción**

Las parejas funcionales no son aquellas que nunca tienen diferencias entre sí, sino aquellas que saben enfrentarlas cuando aparecen. En algún momento de la existencia se presentan los conflictos en la vida de la pareja. Los motivos de desacuerdo son muy variados. Hay algunos que se resuelven fácilmente como el desorden de uno de los cónyuges, la falta de colaboración en las tareas domésticas, algunas formas de descortesía, incumplimiento de citas o promesas, por ejemplo.

Otros conflictos son más graves y no se resuelven fácilmente. Por ejemplo: la administración del dinero, la disciplina de los hijos, las relaciones sexuales, la familia política y otros más. Los únicos conflictos que no se pueden resolver son aquellos que la pareja no expresa y guarda para sí por temor al enfrentamiento. Sin embargo, Dios ha dado algunos principios que pueden a dar a las parejas a vivir en armonía.

**LOS PADRES DEBEN ACTUAR ARMÓNICAMENTE**

Siempre será difícil o imposible que dos personas permanezcan juntas si no están de acuerdo. Esta es la respuesta a la pregunta registrada por el profeta Amós en el capítulo 3, versículo 3: «¿Andarán dos juntos, si antes no se han puesto de acuerdo?».

La vida en pareja conlleva tener que enfrentar conflictos de distintas naturalezas. La pareja que diga que nunca ha tenido problemas es porque llevan muy poco de casados, no se conocen bien, hablan muy poco o son mentirosos. Los esposos, por muy piadosos y consagrados a Dios que sean, deben saber que están expuestos a situaciones conflictivas que requieren atención.

El Señor invita a los padres y esposos a enfrentar unidos los desafíos que la vida conyugal y paternal les presenta. Algunos consejos de Elena G. de White en El hogar cristiano (El hogar adventista) son los siguientes:

* «Los padres deben actuar juntos como una unidad. No debe haber división» (p. 281).
* «Los padres deben estar unidos en la disciplina de sus hijos» (p. 281).

• «No debe haber divergencia entre ellos. Nunca deben criticar en la presencia de sus hijos los planes y el criterio de su cónyuge» (p. 283).

* «Si los padres no concuerdan, auséntense de la presencia de sus hijos hasta que hayan llegado a entenderse» (p. 283).

Los esposos y padres que actúan unidos podrán resolver satisfactoriamente los conflictos familiares que se les presenten.

**PLAN DE ACCIÓN PARA ENFRENTAR CONFLICTOS CONYUGALES**

1. **Echemos mano de los consejos divinos para estos casos.** Dios quiere que sus hijos vivan en paz. Deben hacer todo lo posible para que así sea. El siguiente consejo de Pablo también es aplicable a los esposos: «Yo pues, preso en el Señor, os ruego que andéis como es digno de la vocación con que fuisteis llamados [...] solícitos en guardar la unidad del Espíritu en el vínculo de la paz» (Ef. 4:1-3). No se debe dejar que la ira dé fruto de pecado: «Airaos, pero no pequéis» (Ef. 4:26, p.p.). La duración del enojo y la enemistad tiene un límite: la puesta del sol (Ef. 4:26). El uso adecuado de las palabras para resolver los problemas es importante: «Manzana de oro con figura de plata es la palabra dicha como conviene» (Pr. 25:11). «La blanda respuesta quita la ira; mas la palabra áspera hace subir el furor» (Pr. 15:1).
2. **Enfrentemos los problemas a tiempo.** Tras cuarenta años de casada ella contó por qué se iba a separar de su esposo. «Ya no soporto más humillación. Yo siempre guardé silencio para evitar problemas y discusiones, pero aguanté hasta hoy». El consejero trató de hacerla cambiar de parecer y perdonar a su esposo. «Él nunca ha reconocido su error porque es muy orgulloso. Eso no es nuevo. Figúrese, la primera humillación que tuve que soportar fue el día en que regresamos del viaje de luna miel. Me humilló delante de su familia y de la mía». Esta historia ilustra la importancia de atacar los problemas a tiempo.
3. **Reconozcamos que hay un conflicto.** Aunque se ha tratado de revaluar la mala fama del avestruz, aún se le sigue usando como ejemplo por su supuesta costumbre de esconder la cabeza en la tierra cuando se siente en peligro. Las parejas no deben sentir temor de reconocer que tienen conflictos.
4. **Hagamos todo lo posible por identificar cuál es el problema.** Esta parte no siempre es fácil. En ocasiones nos dedicamos a buscar quién es el culpable y tomamos tiempo para averiguar qué es lo que está originando el conflicto. Este caso ilustra lo anterior: La esposa está molesta con su esposo. Decía que no lo quería y que incluso estaba dispuesta a terminar el matrimonio. Según ella ya no había amor. Después de mucho hablar y explorar las interacciones de la pareja, el consejero lanzó una hipótesis. Según él ella estaba enojada porque su esposo no daba los pasos necesarios para cumplir un acuerdo que habían hecho cuando se casaron. Ellos planearon terminar sus estudios superiores. Él estudiaría primero y cuando terminara, ella empezaría a estudiar. El esposo estaba a punto de graduarse, y cuando ella tocó el tema, dicho en palabras de ella: «él se hace el loco». La esposa dio por cierta la suposición del consejero y luego admitió que ella sí lo amaba aún. Tomen tiempo para dialogar sinceramente e identificar el problema.
5. **Una vez identificado el problema, formulemos alternativas de solución.** Formulemos las que sean necesarias. Hay ocasiones en que existe una sola y qué bueno que así sea. En la historia anterior, ellos dieron fácilmente con la solución. El esposo afirmó su deseo de cumplir la promesa acerca de los estudios de su esposa.
6. **Evaluemos todas las alternativas y escojamos la mejor.** Se deben mirar todos los puntos positivos y negativos de cada una. Esto ayudará a escoger la mejor opción. En algunos casos se necesitará investigar bien y tomar un poco de tiempo. Pedir a Dios que los ayude a escoger será de gran valor.
7. **Juntos, pongamos en práctica la decisión.** Debe ser un acuerdo de ambos. Es probable que al principio no funcione, pero tengan paciencia y no desistan tan fácilmente.

**Tomemos en cuenta los siguientes consejos a la hora de sentarnos a dialogar sobre el conflicto:**

* Oremos juntos
* Busquemos el momento adecuado
* Busquemos el lugar adecuado
* No lo hagamos delante de los hijos
* Enfoquémonos en el problema presente
* No lo mezclemos con otros del pasado
* No nos insultemos
* Usemos un tono de voz adecuado, que no haya gritos
* Dejemos hablar al otro y escuchémoslo
* Respetemos la opinión del otro
* No tratemos de descalificar lo que el otro dice ridiculizándolo

*Por último…*

Deborah Silberstein (2009) en su libro *Reafirmar la autoestima de nuestros hijos* menciona que «una mamá y un papá en armonía consigo mismos y juntos, cuando estén separados constituyen imágenes primordiales a cuidar para colocar un ladrillo más en la tarea de apuntalar la autoestima del pequeño». Y sigue diciendo «es fundamental que el niño crezca en una atmósfera de respeto mutuo entre todos los habitantes del hogar…». Fomentar el autorrespeto y la autoestima no se logra por imposición, sino por «respirar» una atmósfera cotidiana donde el respeto es una constante.

**ACTIVIDADES DE PARTICIPACIÓN PARA LOS ASISTENTES**

* Agreguen otras ideas a la lista arriba presentada. Si hay tiempo den sus razones.
* Cada esposo debe escribir una carta a su cónyuge expresando su compromiso de abordar los conflictos de manera positiva y constructiva. Luego, si desean, pueden compartir estas cartas en un ejercicio de reflexión conjunta.
* Esposos y esposas trabajen juntos en casa para crear un plan personalizado de resolución de conflictos que incluya pasos vistos para abordar desacuerdos de manera efectiva.
* Actividad sobre cómo aplicar el modelo para resolver conflictos:
  + Un matrimonio voluntario que desee hacer una representación usando el modelo para resolver conflictos.
  + Los demás participantes pueden ayudar y dar indicaciones durante el proceso, haciéndoles notar cada fase del modelo.
  + La pareja puede utilizar la siguiente situación, inventar una ellos mismos o elegir un conflicto de poca importancia que tengan.

**Situación**

El marido tiene un negocio que no ha tenido mucho éxito en los últimos diez años. Su esposa, para complementar sus ingresos, es maestra. Ella quiere que él venda el negocio y que encuentre un empleo en otro lugar, ya que le gustaría dejar su trabajo para quedarse en el hogar con sus cinco hijos, que tienen entre tres y doce años. El esposo quiere que su esposa tenga paciencia y confíe en que el negocio pronto funcionará mejor; él ha dedicado mucho tiempo y esfuerzo a este negocio y no quiere que fracase.

Parte Uno:

**La pareja debe identificar y expresar sus diferentes posiciones, deben dejar en claro cuál es la suya y escuchar la postura del cónyuge sin interrumpir. Si empiezan a discutir, se detendrá la actividad.** Para pasar de la primera fase de resolución del conflicto a la segunda, resuman los deseos que han compartido. Esta vez, incluyan en el resumen la palabra y (en vez de sí, pero…) para expresar que aceptan que los deseos están en conflicto; y nosotros (en vez de yo) para transmitir un sentido de unidad en el momento de resolver el conflicto.

El esquema que sigue a continuación podría servir de ayuda en el proceso:

Yo quiero… (haga un resumen de su postura).

Y tú quieres… (haga un resumen de la postura de su cónyuge).

Tenemos que… (haga un resumen del conflicto que deben solucionar).

Parte Dos:

**Pida a la pareja que comparta sus inquietudes básicas; déles tiempo para que las examinen. Asegúrese de que cada uno tenga la oportunidad de expresar sus sentimientos sin ser interrumpido o sin que se le critique.** En caso de ser necesario, haga preguntas que ayuden a revelar las inquietudes de cada uno. Mientras ellos hablan, escriba las inquietudes en la pizarra; luego pídales que determinen cuáles son complementarias.

Parte Tres:

**Para comenzar con esta fase, uno de los conyuges preguntará: «¿Qué podemos hacer para solucionar este problema?».** Si han examinado detenidamente las inquietudes básicas, es probable que las respuestas surjan de inmediato; busquen soluciones que respondan a las necesidades y a las inquietudes de ambos

Ninguno de los cónyuges debe criticar las ideas que se comparten durante el proceso de examinar a fondo las posibilidades. La crítica obstaculizará la creatividad e inhibirá los deseos de compartir, y de esa forma, interrumpirá el proceso de encontrar posibles soluciones. Una vez que han surgido posibles soluciones, evalúenlas y busquen la que mejor satisfaga los deseos y necesidades de ambos.

Fuente: Heitler, S. M. (1993). From conflict to resolution: Skills and strategies for individual, couple, and family therapy. *(No Title)*.

**Conclusión**

Los esposos que procuran vivir armoniosamente su relación, están contribuyendo grandemente a la formación de esa atmósfera agradable que todos quieren en casa. Ellos saben que siempre habrá situaciones generadoras de conflictos, pero unidos echan mano de los recursos necesarios para enfrentarlos constructivamente. Los esposos deben saber que el consejo de Dios es el principal recurso. Elena G. de White deja un desafío final: «Padre y madre, vinculad vuestros corazones en la unión más estrecha y feliz. No os apartéis el uno del otro, sino estrechad aún más los lazos que os unen. Entonces estaréis preparados para unir con el vuestro el corazón de vuestros hijos mediante el cordón de seda del amor» (HC, 284).

**Motivos de oración**

Pida a los esposos que oren juntos para solicitar a Dios que les ayude a vivir armoniosamente como parejas. Que puedan enfrentar los conflictos con un espíritu influenciado por el poder de Dios. Las demás personas presentes pueden orar por los esposos de la iglesia.

Bibliografía.

Heitler, S. M. (1993). From conflict to resolution: Skills and strategies for individual, couple, and family therapy. *(No Title)*.

Iglesias, P., & Moreno, C. (2006). Cómo crear una atmósfera celestial en el hogar.

Silberstein, D. (2009). *Reafirmar la autoestima de nuestros hijos*. Ediciones Lea.