

ME QUEDÉ SIN HIJOS

Rubén Jaimes Zubieta, Dr.
Facultad de Teología
Universidad Peruana Unión
rubenjaimes@teologia.edu.pe

Fecha de recepción: Mayo 2012
Fecha de aceptación y versión final: Julio 2012

Resumen

La familia se desarrolla en diferentes ámbitos, tales como el afectivo, social, cultural, religioso y biológico; que están sujetos al cambio debido a influencias y circunstancias tanto internas como externas. Entre una de las crisis que los padres afrontan está el hecho de ver que sus hijos, por diferentes motivos, abandonan el hogar. A este fenómeno se le conoce como el síndrome del nido vacío. Este artículo tiene el objetivo de proveer a los consejeros familiares, los orientadores o mentores de futuras y nuevas familias, el conocimiento de herramientas básicas que les permitan orientar y ayudar a las familias que experimentan específicamente la etapa del nido vacío a reconocer sus problemas y ventajas potenciales, para enfrentar y disfrutar la nueva realidad de esta etapa familiar con actitud asertiva.

Palabras clave: Familia, ciclo vital, etapa, nido vacío, consejeros familiares.

Mirá lo que son las cosas, nos vamos quedando solos. Cada rincón de la casa se va muriendo en silencio. Los hijos se hicieron grandes entre penas y alegrías y alrededor de la mesa nos quedan sillas vacías.

Mirá lo que son las cosas, después de los casamientos nos dejan cuartos vacíos y fotos para el recuerdo. Imágenes del pasado, una muñeca, un balero, la angustia del primer chirlo, la pena del primer reto. Mirá lo que son las cosas, nos está sobrando casa, nos está sobrando tiempo y aquí hay demasiada calma. Los hijos se fueron yendo, cada uno con su ilusión aunque partieron alegres, hay pena en mi corazón. Mirá lo que son las cosas, cumplimos nuestro destino el tiempo pasó y ahora estamos como al principio.

Yo sé que fue duro a veces, no es fácil criar los hijos pero entre aciertos y errores, mirá qué final más lindo. Mirá lo que son las cosas, ayer domingo vinieron. Cuánto bullicio en la casa y cuánto ruido que hicieron.

La mesa estuvo de fiesta con los hijos y los nietos; Mirá lo que son las cosas, qué pronto que pasa el tiempo.

Argentino Luna, 1997

Definición de familia

El término familia viene del latín famulus, que significa “conjunto de siervos y dependientes de un jefe o señor”¹, en referencia a los hijos y la mujer. En general una familia es un grupo de

1 A. Rodríguez, et. al. “Uso de distintos métodos de abordaje de familias: Un relato de la experiencia”, en *Enfermería integral* N°. 75 (Septiembre 2006): 13.

personas unidas por la consanguinidad y los afectos filiales, que se constituye mediante derechos y responsabilidades, que es “influenciada socioeconómica y culturalmente por el ambiente/sociedad en que está incluida”² constituyéndose así en la unidad básica de la sociedad.

El Instituto Interamericano del Niño (IIN), por su parte, establece que la familia,

*Es un conjunto de personas que conviven bajo el mismo techo, organizadas en roles fijos (padre, madre, hermanos, e tc.) con vínculos consanguíneos o no, con un modo de existencia económico y social comunes, con sentimientos afectivos que los unen y aglutinan.*³

Suárez presenta algunas definiciones instructivas sobre familia, aquí un resumen de estas⁴:

2 *Ibid.*

3 Instituto Interamericano del Niño, “Concepto de familia”, Instituto Interamericano del Niño, http://www.iin.oea.org/Cursos_a_distancia/Lectura%2012_UT_1.PDF (consultado: 03 de julio, 2012).

4 Miguel Ángel Suárez Cuba, “El médico familiar y la atención de la familia”, en *Revista paceña de medicina familiar* 3, N°. 4 (2006): 95.

“Para la Organización Mundial de la Salud (OMS), ‘La familia es la unidad básica de la organización social’ pues ‘brinda un entorno social para el desarrollo natural y la realización personal de todos los que forman parte de ella’”. Para la sociología es “un grupo social primario de la sociedad”, cuyos individuos que la forman le dan “características materiales, genéticas, educativas y afectivas”. Desde el punto de vista de la demografía, la familia se define “por el grado de parentesco dado por el matrimonio consanguíneo o adopción”; de modo que “todas las personas que viven bajo el mismo hogar constituyen una familia”. En el campo médico, se define a la familia como “una unidad de atención médica”, incluyendo a las personas que “conviven en una misma unidad residencial”, unidas por lazos de “dependencia y obligaciones recíprocas” y parentesco. En cuanto al concepto sistémico se refiere, la familia es “un sistema social único y primario en permanente interacción con los demás sistemas sociales primitivo y secundario”.

Así, en sentido general, se puede entender la familia como un grupo de personas unidas,

por vínculos matrimoniales o de compromiso, en una relación íntima y personal con sentido de pertenencia e identidad propia. Por lo tanto, la familia viene a ser una relación original, con criterios de diferenciación propios, caracterizada por una forma específica de vivir la diferencia de género (que implica la sexualidad), y las obligaciones entre las generaciones (que implica el parentesco). Se trata de una relación originaria que se constituye a partir de factores sociológicos autónomos, una relación primordial, que existe desde el origen de la especie humana de modo perdurable constituyendo el principal ámbito de convivencia social del ser humano.⁵

Sin embargo, la creencia y práctica de algunos principios bíblicos diferencian la concepción del hogar cristiano de las concepciones humanistas que se acaban de mencionar. Aunque es necesario ser conscientes del aporte de las ciencias y diversas investigaciones relacionadas al tema de la familia en general, es preciso reconocer que la perspectiva bíblica cristiana le da una dimensión cósmica a la familia.

5 *Ibíd.*, 95-6.

Tal perspectiva, la que proviene del texto bíblico, permite percibir a la familia desde sus raíces edénicas, instituida por Dios mismo y quien a su vez afirmó: “No es bueno que el ser humano esté solo. Le haré ayuda idónea” (Gn 2:18). Así, la familia que se guía por los principios de los diez mandamientos, como lo afirman los esposos Youngberg, establece su escala de valores del siguiente modo: “Primero Dios (Mandamientos 1-4), luego la familia (5), siguen los demás (6-9) y por último la atención a las cosas materiales (10)”.⁶

92 La percepción bíblico cristiana de la familia, toma en cuenta el mensaje bíblico para la familia en los tiempos del fin, “el mensaje de Elías” (Mal 4:5, 6) quien restaurará y preparará las familias para su encuentro con la familia celestial. También toma en cuenta que la familia es el punto focal del gran conflicto entre el bien y el mal, en cuyo marco se da el último mensaje profético de advertencia de Dios para unir a la familia con Dios y entre sus

propios miembros antes del inminente fin del mundo. Así, la familia (en particular la cristiana) es un campo de batalla decisivo entre las fuerzas cósmicas del bien y del mal, constituyéndose definitivamente en el último bastión de fidelidad a los mandamientos de Dios, el último reducto de obediencia a los principios bíblicos, la última reserva del evangelio eterno y agente salvador de Dios para la raza humana.

La familia como sistema social

El mundo está formado por una cantidad de macrosistemas y microsistemas, los cuales forman parte de los primeros, además de sus componentes. Existe interrelación dinámica entre ellos y es preciso percibir el mundo holísticamente.

Un enfoque sistémico de la familia permite percibir que ésta forma parte de una más amplia (la sociedad) y que contienen una más pequeña (sus miembros en forma individual), de modo que cualquier suceso que afecta a los integrantes que la conforman, en forma particular, así como a la sociedad en la que

6 John y Millie Youngberg, *Corazones en sintonía con Dios: Guía para mejorar el culto familiar* (Buenos Aires: Asociación Casa Editora Sudamericana, 1994), 8.

está inmersa, afectando positiva o negativamente a la familia.⁷ Lo importante en este aspecto es conservar un balance entre la modificación constante y la estabilidad perdurable.

Así, es preciso percibir la familia dentro de la iglesia como sistema social, por la significación especial que esta tiene debido al trasfondo de cosmovisión cristiana de este enfoque sobre la familia, para finalmente comprenderla dentro de la sociedad como sistema social y la globalidad del mundo en que vivimos. Solamente así será posible comprender su función en la sociedad en que nos desenvolvemos.

De igual modo, Gonzales considera la familia “como un sistema dinámico viviente que está sometido a un continuo establecimiento de reglas y de búsqueda de acuerdo a ellas”.⁸ Rodríguez, A. Siva, D. Carvallo M. & Gimenez, por su parte también señalan que un sistema familiar es pues parte de uno

más amplio (sociedad) y contiene aún otro menor (miembros), cualquier cambio por parte de un miembro molesta a todos o igual puede generar un equilibrio entre modificación y estabilidad.⁹

Por lo tanto, un enfoque sistémico de la familia genera conceptos, analogías e instrumentos útiles para el cuidado de la familia, en su objetivo básico de la multiplicación y generación de nuevos individuos para la preservación de la sociedad y la especie humana, mediante cuatro propósitos adyacentes:

1. Dar a todos y cada uno de sus miembros seguridad afectiva.
2. Dar a todos y a cada uno de sus miembros seguridad económica.
3. Proporcionar a la pareja pleno goce de sus funciones sexuales, dando a los hijos la noción firme y vivenciada del modelo sexual, que les permita identificaciones claras y adecuadas.

⁷ Rodríguez, “Uso de distintos métodos de abordaje de familias: Un relato de la experiencia”, 13.

⁸ Juan Max Gonzales Gallegos, “La familia como sistema”, en *Revista paceña de medicina familiar* 4, no. 6 (2007): 111.

⁹ Rodríguez, “Uso de distintos métodos de abordaje de familias: Un relato de la experiencia”, 14.

4. Enseñar respuestas adaptativas a sus miembros para la interacción social.

Así mismo, Campos, Florenzano y Polanco consideran que

*el enfoque para examinar a la familia como sistema integral se apoya más en las relaciones interpersonales que en los individuos mismos aislados, por lo que la familia como grupo adquiere una identidad diferente a la de la simple suma de sus componentes.*¹⁰

Pero aunque la familia como sistema es un grupo social que constituye una integridad, dicha integridad no se reduce a la suma de las características de sus componentes, de tal modo que no se puede calificar una familia por el análisis de uno de sus miembros individuales, hay características globales que trascienden las propiedades de sus integrantes.

En resumen, los aspectos que conforman el sistema familiar son:

10 Nina Horwitz Campos, Ramón Florenzano Urzúa e Isabel Ringeling Polanco, "Familia y salud familiar: Un enfoque para la atención primaria", en *Boletín de la Oficina Sanitaria Panamericana* 98, N°. 2 (1985): 147.

1. El aspecto estructural que da estabilidad a la familia, su organización interna o el modo en que interactúan y se vinculan sus integrantes en los subsistemas de la familia.
2. El aspecto funcional del sistema, que se nota cuando sus miembros cumplen con sus funciones determinadas en el grupo: la función biosocial, la económica, la cultural y espiritual.
3. El aspecto integrativo del sistema familiar autodirigido, con mecanismos de dirección que garantizan su integridad y desarrollo.
4. El aspecto social de la familia que la interrelaciona con otros sistemas. En tal sentido, la familia es un sistema abierto que intercambia energía e información con su medio.

En este sentido, es correcto afirmar que la familia constituye la célula básica de la sociedad. Debido a esto, es entonces posible entender que la familia constituye un microsistema funcional sujeto a leyes y normas que responden a las necesidades

internas del grupo y a su vez reflejan la realidad externa de la sociedad. Así, la sociedad, la familia y el individuo se influyen y condicionan recíprocamente.

Ciclo vital de la familia

Aunque algunos autores cuestionan la validez analítica del concepto de ciclo vital de la familia porque deja fuera eventos como el divorcio, segundas nupcias, mortalidad infantil o la experiencia de un traslape cuando nace un hijo después que el mayor abandonó el hogar, recomendando procedimientos nuevos de investigación, todavía se reconoce el valor del concepto tradicional del ciclo vital de la familia para el desarrollo de la disciplina.¹¹

El IIN menciona que la familia pasa por las siguientes etapas en su ciclo vital: “nacimiento, crecimiento, multiplicación, decadencia y trascendencia”.¹²

11 Félix Acosta, “La familia en los estudios de población en América Latina: Estado del conocimiento y necesidades de investigación”, en *Papeles de población*, N°. 37 (julio- setiembre, 2003): 14-7.

12 Ariel Gustavo Forselledo y Virginia Esmoris Sbarbaro, “Consumo de drogas y familia: Situación y factores de riesgo”, Instituto Interamericano del

Durante dicho proceso o ciclo vital de vida, la familia cumple con sus funciones tanto nutritivas como normativas, con el objetivo ulterior de generar nuevos individuos a la sociedad. Durante ese proceso de desarrollo, las familias se estructuran de muchas y diferentes formas, teniendo como extremos a las familias piramidales por un lado y a las familias consensuales o circulares por el otro, de acuerdo al modelo de su comunicación y ejercicio de poder.

Un estudio del ciclo vital de la familia o las etapas de vida familiar como unidad básica de la sociedad, o “célula fundamental de la sociedad”,¹³ permite reconocer que la etapa en la que la pareja experimenta la partida de los hijos del círculo familiar para quedarse nuevamente solos como al principio, ha sido denominado como la etapa del nido vacío.

Durante dicho ciclo vital los miembros de la familia van atravesando por diferentes momen-

Niño, http://www.iin.oea.org/Cursos_a_distancia/Lectura%2011_UT_1.pdf (consultado: 03 de julio, 2012).

13 Rodríguez, “Uso de distintos métodos de abordaje de familias: Un relato de la experiencia”, 14.



tos en su desarrollo individual, así como en su unidad familiar como grupo. A medida que crecen sus miembros, la familia también debe crecer saludablemente en su conjunto. Pero si en dicha etapa la familia no se acomoda a las diferentes exigencias del desarrollo de sus miembros, probablemente experimentarán diversas dificultades y disfunciones.

Los hijos en la familia

Una etapa fundamental durante el ciclo vital individual y grupal de la familia es cuando la pareja procrea. A partir de allí, cada miembro que conforma la familia “atraviesa por varias etapas determinadas que van desde el nacimiento hasta la madurez y la muerte. Tanto desde un punto de vista biológico como psicosocial, cada una de estas etapas tiene características que la individualizan” y estas etapas tienen las siguientes características,¹⁴ presentadas en la **Tabla 1**.

En tales momentos, los ciclos vitales de cada individuo se engranan con los de otros miembros

¹⁴ Horwitz, “Familia y salud familiar: Un enfoque para la atención primaria”, 147.

de su familia y conforman el ciclo vital familiar. Durante esa etapa de formación y desarrollo individual y familiar que va desde la formación de la amistad (enamoramamiento) pasando por el noviazgo y matrimonio, cada miembro de la familia aporta en la formación de la nueva familia todo aquello que ha aprendido, vivido y experimentado en su familia de origen.

Pero entonces llega la etapa cuando cada hijo debido a su propio desarrollo y diferenciación tiene que alejarse del hogar para emprender su propio ciclo vital dejando a su familia originaria, quedando así el hogar de los padres y esposos como un nido vacío.

Cuando los hijos se van

En efecto, las familias después que se constituyen pasan por diversas etapas, que con respecto a los hijos pueden ser: la etapa de los hijos pequeños (preescolar), la etapa de los hijos en edad estudiantil (niñez, adolescencia y juventud), y luego la etapa de los hijos adultos independientes, “momento” cuando los hijos (ahora adultos jóvenes), han creado sus propios compromisos e intereses fuera

Tabla 1. Etapas del ciclo de vida

Edad:	Desarrollo
Infancia	Adquisición de una confianza básica
Niñez temprana	Adquisición de sentido de la autonomía
Edad del juego	Adquisición de un sentido de iniciativa
Edad escolar	Adquisición de un sentido de industria
Adolescencia	Adquisición de un sentido de identidad
Adulto Joven	Adquisición de un sentido de intimidad y solidaridad
Adulterz	Adquisición de productividad biológica o social
Madurez	Adquisición de un sentido de integridad.

del hogar: amigos, una carrera, un trabajo y en muchos casos casados, con una pareja con la que comparten su vida.

En esta nueva experiencia de organización familiar, la relación es entre adultos, quienes, según la Agintzari S. Cooperativa de Iniciativa Social, han de ir renegociando explícita o implícitamente el nuevo modo de relacionarse y convivir, mediante las siguientes tareas¹⁵: 1) Favorecer

el proceso de sana independencia y emancipación de los hijos adultos. 2) Generar un reencuentro entre los cónyuges para afrontar las nuevas dificultades de la etapa de “nido vacío”. 3) Renegociar nuevas pautas entre ambos cónyuges para apoyarse mutuamente en esta transición al “nido vacío”, intentando que esta sea lo menos traumática posible. El subsistema conyugal es de nuevo el pilar fundamental de la familia. 4) Asumir esta nueva etapa como una etapa de desarrollo para los cónyuges que quedan solos. Desarrollo individual y de pareja en un momento en que ya no deben dedicarse a la crianza de los hijos.

15 Agintzari S. Cooperativa de Iniciativa Social, “El ciclo vital de la familia”, Agintzari S. Coop. de Iniciativa Social, <http://www.gurasoena.org/documentoTemas/070104210320071715060015.pdf> (consultado: 03 de julio, 2012).

El nido vacío

La etapa del *nido vacío* corresponde al momento de la partida de los hijos del hogar donde han sido criados por sus padres, apartándose de estos para empezar su propio ciclo de vida. Los hijos normalmente tienden a independizarse y crear su propio hogar, y cuando el último hijo deja a la familia se produce la situación del nido vacío.

Toda familia debe percibir desde el nacimiento de los hijos, que estos algún día madurarán, se independizarán y empezarán su propia familia con su propio ciclo vital. Todo es cuestión de tiempo, ellos se harán jóvenes adultos, se independizarán y dejarán la familia, lo cual requiere planificación y preparación de la familia para afrontar con éxito los desafíos de dicha etapa.

Algunos padres pueden vivir positivamente esta etapa, porque les ofrecerá cierta libertad y sensación de menos responsabilidad con la crianza de los hijos. Otros en cambio lo verán como una amenaza por algunos factores negativos como la soledad, que traerá consigo la depresión y remordimientos,

por no haber pasado más tiempo con los hijos.

Pero a pesar del síndrome del nido vacío, los padres seguirán siendo padres, de modo que harían bien en tomar en cuenta una serie de factores que pueden ser de utilidad para afrontar con éxito dicha etapa de ciclo familiar.

Echerri citando a Lazarus, menciona algunos recursos psicológicos de afrontamiento que pueden resultar de utilidad para enfrentar la etapa del nido vacío:¹⁶

1. Salud y energía. Elementos de carácter físico y biológico que pueden predisponer positivamente a la hora de enfrentar el suceso.
2. Cosmovisión positiva y optimista. Amplia socialización, esfuerzo en el logro de metas, ser optimistas ante los retos de la vida, seguridad al enfrentarlos. Esto incluye el

16 Danny Echerri Garcés, "El nido vacío: Una propuesta de intervención", *Interpsiquis* 2010, 11º Congreso Virtual de Psiquiatría, <http://www.psiquiatria.com/bibliopsiquis/bitstream/10401/1012/1/25cof445275.pdf> (consultado: 03 de julio, 2012).

- autoconcepto, la autovaloración positiva y una concepción clara del mundo.
3. La habilidad para la resolución de problemas.
 4. Habilidades sociales. Capacidad de establecer relacionamientos positivos, saber escuchar, comprender, ser empáticos, buena comunicación.
 5. Redes de apoyo social. Grupo humano de apoyo al cual puede acudir un sujeto cuando tiene problemas vivenciales.
 6. Recursos materiales, como estabilidad económica, alimentación, región, transporte, estilo de vida, entre otros.

El punto dos parece ser especialmente significativo pues se trata de tener una filosofía de la vida, una causa superior y trascendente en la cual creer y por la cual vivir, como precisamente lo tienen las familias cristianas.

Empezamos de a dos y terminamos de a dos

Me casé con Lucy a los 23 años (ella con 22), pasamos por

todas aquellas etapas del matrimonio descritos por la Organización Mundial de la Salud (OMS).¹⁷ Las distintas etapas de desarrollo de la familia han sido caracterizadas mediante distintas clasificaciones, pero la OMS las divide en seis etapas evolutivas. Estas etapas se han adaptado para presentarlas a modo de testimonio vivo del propio ciclo vital del autor de este artículo.

Formación del matrimonio

Después de un año de relacionamiento de amistad, empezamos una etapa de noviazgo con el conocimiento y el permiso de nuestros padres. Nuestro relacionamiento se hizo perdurable y entonces decidimos casarnos y empezar nuestro proyecto de vida juntos. Esto estableció una serie de dependencias cualitativamente distintas de cualquier otro vínculo existente.

Aprendí que la elección libre de mi esposa implicaba reciprocidad pues elegí y fui elegido. Esto

17 Ingrid Vargas, "Familia y ciclo vital familiar", Facultad de Medicina: Departamento de Psiquiatría y Salud Mental de la UNAM, <http://psiquiatria.facmed.unam.mx/doctos/descargas/4.1%20CICLO%20VITAL%20DE%20LA%20FAMILIA.pdf> (consultado: 03 de julio, 2012).

se podía notar por el enamoramiento mutuo, por el equilibrio personal y de pareja que inició nuestra madurez emocional, interpersonal, social y laboral para un buen desempeño conyugal.

Nacimiento de primero al cuarto hijo.

Esta etapa nos tocó vivir desde el segundo al noveno año de matrimonio. El nacimiento de los hijos provocó cambios radicales en nuestra relación de pareja y en el relacionamiento de ambas familias. Se redefinió mi relación que antes era de dos a seis personas. Esto afectó mi rol y el de mi esposa, por que ahora teníamos que cumplir nuestro rol no solo de esposos sino de padres. Mis padres y suegros, por su parte, de padres pasaron a su nuevo rol de abuelos.

Durante este periodo no té que la relación madre-hijo es más fuerte que la relación padre-hijo. Esto se debe a que la madre es la que lo tiene en su regazo, lo alimenta y pasa más tiempo con el hijo. El padre poco a poco recupera su relación con su esposa y asume su papel de padre con sus hijos conectándolos más con el mundo exterior. En esta

etapa también experimentamos la formación escolar y educativa de nuestros hijos, su relacionamiento con personas fuera de la familia. Durante este tiempo mi esposa pudo trabajar para apoyar a la economía de la familia.

De igual modo, su inclusión y su relacionamiento con los miembros de la Iglesia Adventista del Séptimo Día (IASD), iglesia a la cual nuestra familia pertenece, favoreció mucho al desarrollo integral de la familia y su integración social.

Esta época también trajo los problemas de la adolescencia y las crisis de relacionamiento familiar, que felizmente los superamos gracias a la madurez del desarrollo equilibrado de la familia.

Extensión inicial cuando se casan los hijos.

Esta etapa consistió en las primeras salidas de hogar por parte de nuestro primer hijo en pos de sus estudios fuera del país y de nuestra hija por su matrimonio. Pero como teníamos dos hijas más esta experiencia no fue tan traumática. Esta experiencia también significó algunos cam-

bios de roles y funciones. La madre (mi esposa) tuvo que viajar para visitar tanto a mi hija en su nuevo hogar, como a mi hijo fuera del país. Además tuvimos que aprender a reconocer a la nueva familia de mi hija como diferente, con características propias, creando entonces nuevas formas de interrelación familiar.

Extensión completa cuando todos los hijos se casan y salen de la familia.

Esta etapa no la hemos completado aún. Estamos experimentando los primeros síntomas, pues mi tercera hija ya se ausentó de la familia por motivos de trabajo y ahora vive en otra ciudad. Sin embargo nuestra última hija aún estudiará dos años más y vivirá con nosotros, lo que permite que sigamos cumpliendo nuestro rol como padres, que ya dura 31 felices años.

Contracción cuando mi última hija abandone el hogar.

Esta etapa la experimentaremos en algunos años más y debemos prepararnos para ese momento. Pero mi esposa con “sabia intuición” ya hace planes

para nuestra vida durante esa etapa cuando definitivamente me quede sin hijos y mi nido quede vacío. Sin embargo tenemos claros modelos de cómo afrontar esta etapa en las experiencias de nuestros padres, quienes ya no tienen a los hijos bajo su techo.

Contracción completa muerte del primer cónyuge.

Aún no hemos visto esto en el caso de mis padres ni suegros. Pero sospechamos que debe ser traumático.

Disolución muerte del cónyuge sobreviviente.

Llegará el momento cuando el hogar que se formó primero de mis padres y luego el mío desaparecerá y todo será solo recuerdos y memorias. Solo espero que hayamos dejado un legado positivo para la familia que sobreviva, para la IASD y la sociedad.

Conclusión

La familia, a lo largo de su ciclo vital tiene que enfrentar numerosas situaciones que pueden afectar su desarrollo, tales como

la pobreza, enfermedades, crisis y conflictos producidos por los cambios propios de las etapas del ciclo de vida. Para dichas circunstancias es necesario estar preparado. Solo así se podrá recuperar el equilibrio y el balance para continuar hacia una meta trascendente que dejar solo un legado para esta vida, sino para la vida eterna en unión con las familias redimidas por Jesús.

Las familias pueden contar con recursos que favorecen su adaptación a las contingencias del ciclo de vida. Incluso, los sucesos negativos pueden ser aprovechados como parte del aprendizaje para obtener actitudes y acciones asertivas de parte de los miembros de la familia ante cualquier desafío que se presente durante el paso por cada etapa del ciclo de la vida. Así, especialmente durante la etapa del *nido vacío*, se precisa que las necesidades sociales básicas de la familia, sean satisfechas a través de la interacción con otros, en especial de la red social en la que está inmersa. Un ambiente social importante para este proceso es la iglesia, además de los recursos propios de su red fami-

liar, sean estas necesidades de carácter financiero, emocional, educativas y de información, manejo médico y espiritual.

La etapa de nido vacío, en la que los hijos se van y forman sus propias familias, puede ser una oportunidad perfecta para que la pareja se reencuentre nuevamente. Después de vivir las etapas anteriores con satisfacción, experimentarán un encuentro emocional, renovarán su relación física y emocionalmente, compartirán su tiempo e intereses comunes; se dedicarán a apoyarse mutuamente y protegerse para vivir una vida abundante y acompañarse en la vejez.

Es también cierto que puede haber un rompimiento afectivo que crea una distancia de intereses mutuos; sensación de vacío y pérdida del sentido de vida, lo que impedirá que la vejez sea una etapa agradable. Por lo tanto, es preciso conocer el ciclo vital de la familia, saber en qué etapa se encuentra nuestra familia para llevarla por el camino del auténtico amor y respeto mutuo no sólo en esta vida sino en la eternidad.