

Mesa redonda del encuentro de Hogares Don Bosco

Raul Abril, Manel Bellmunt, Beatriz Cebrián, Teresa Raventòs, Miquel Tallada

Apuntes tomados y preparados por Chema Moreno

18 de octubre de 2009

Bloque 1: Hay en actualmente más conflictos?

La respuesta es que en la actualidad hay más manifestaciones del conflicto, lo que no significa que hayan más conflictos.

Fácilmente consideramos como conflicto cosas que no lo son. Hay que diferenciar entre dificultad, problema y conflicto.

Dificultad. La resolución está en los propios recursos de la pareja, habrá que reflexionar, relacionar datos y así se encontrará la solución, en los recursos que la misma pareja dispone.

Nuestra sociedad al ser más compleja genera más dificultades.

Problema. Un problema se caracteriza por la falta de, al menos, un dato, hay una incógnita. Este dato desconocido no se puede controlar. La simple reflexión y relación de datos no proporciona la solución al problema, es precisa la intervención de un agente externo que proporcione la información que falta.

Conflicto. Se produce cuando hay divergencias. El conflicto tiene su origen en un desacuerdo y se produce por un enfrentamiento de intereses o valores. El conflicto es un hecho habitual y en si mismo no ha de ser negativo, ha existido siempre.

En los conflictos suelen seguirse diferentes etapas:

1. un primer momento de diálogo en el seno de la pareja,
2. una fase posterior en la que se requiere la intervención de amigos, de un sacerdote y,
3. finalmente, es necesaria la actuación de un especialista, de un profesional que haga una mediación.

Actualmente disponemos de más libertad para poner a la luz los conflictos.

Hay factores externos que hacen más frágil la relación de pareja:

- la nuclearización de la familia,
- la dispersión laboral,
- la secularización, con una religiosidad menor.
- la superficialidad, provocada por la falta de tiempo o la falta de hábito de pensar.

Se puede constatar un cambio en la tipología de los conflictos. El origen de este cambio tiene diferentes causas, como son las dificultades de compaginar el mundo laboral y el familiar, las problemáticas asociadas con los hijos, las parejas divorciadas con sus problemáticas específicas.

En general a las parejas de hoy les cuesta aceptar el conflicto, al conflicto se le da una consideración negativa, por lo tanto no se habla de él.

Bloque 2: papel del conflicto en la pareja y diálogo

Tipología de los diálogos: el **diálogo de los sentimientos**:

nivel 1 – ***Conversación tópica***.

nivel 2 – ***Hablar de los otros***, pero no se expresa ningún aspecto personal.

nivel 3 – ***Mis ideas y opiniones***, pero se observa al otro y se está muy pendiente de agradar.

nivel 4 – ***Mis sentimientos***. Se parte del deseo “*Quiero que sepas como soy y por esto tengo que hablar de los sentimientos*”, hacer un intercambio de lo más íntimo. Este tipo de diálogo es el que más puede unir.

Herramientas para establecer el diálogo:

- **Querer comunicar sin esperar nada a cambio**

Si se le añade al diálogo una exigencia al diálogo, este será desagradable y se cortará.

- **Saber respetar los tiempos y los ritmos para llegar a establecer la comunicación**

Hay situaciones difíciles de comunicar, que necesitan de un proceso previo, es necesario respetar este tiempo.

- **Se puede caer en la tentación de no escuchar**

En esta situación quien escucha está más pendiente de la respuesta que deberá dar, o de analizar desde la propia experiencia, incluso se puede llegar a discutir los sentimientos!

Dar consejos o soluciones no es lo mismo que dialogar.

- **Evitar la tendencia a esperar que el otro haga de adivino**

No se puede esperar, ni exigir, que nuestra pareja sepa lo que no se le explica, por ello es necesario hacer un esfuerzo para darse a conocer.

- **Empatizar y entender**

Una cosa es empatizar y entender los sentimientos y otra es estar obligado a pensar como el otro.

- **Un buen diálogo ha de provocar que salga lo más bueno de una persona, lo más valioso**

Tipología de los conflictos según su origen:

Endógenos: son los conflictos que tienen su origen en la propia pareja.

Exógenos: son los conflictos que nacen fuera de la pareja.

La comunicación está en la génesis del conflicto y también en su solución. Si hay conflicto es por que hay comunicación.

Los conflictos suelen venir por las valoraciones, no por la discusión de los valores.

Es fundamental saber “**Quién eres?**” por tanto es necesario disponer de un tiempo previo para saber quienes somos y qué nos pasa.

También es fundamental la aceptación del otro y hacer aflorar su riqueza interior.

Bloque 3: el conflicto desde el evangelio

Existen dos modelos de pareja en función de lo que se busca en la relación:

Modelo de pareja simétrico: En la pareja se busca un igual.

Este modelo es el que predomina en la actualidad.

En las relaciones simétricas se producen acuerdos simétricos, desacuerdos simétricos y escaladas de conflicto simétricas. Una posición determinada exige una posición similar por el otro miembro de la pareja.

Modelo de pareja complementario: En la pareja se busca a alguien diferente.

Hay diferentes tipos de complementariedad, se puede destacar, por sus limitaciones la complementariedad rígida, el modelo de pareja complementaria rígida se caracteriza porque uno de los miembros impone su rol y el otro únicamente tiene la opción de aceptarlo.

El evangelio hace una aportación a la relación de pareja y a su salud, de hecho la religiosidad es un factor de estabilización, la experiencia desde el evangelio aporta aspectos como:

- Experiencia de gratuidad del amor.
- Perdonar y/o comprender porqué el otro me ha hecho daño.
- A lo largo de la Biblia se recoge una idea importante: dar al otro, en función de lo que necesita y no tanto en función de lo que se merece.
- Importancia de los elementos: AMOR – PERDÓN – SERVICIO

Los movimientos familiares son un factor preventivo ante los conflictos, asegurando una mayor salud a la relación del matrimonio, y esto es así gracias al intercambio de experiencia y al compartir problemáticas con otros matrimonios.

La soledad de las parejas jóvenes es más importante de lo que parece.

Para que los movimientos hagan esta aportación a los matrimonios que los integran, los grupos han de ser referentes, y esto es así cuando el grupo es algo más que una simple sucesión de reuniones y gracias a la riqueza que aporta el pluralismo que se da en los grupos.