



# Nuevos roles de la familia para sobrevivir a la pandemia



**Vivian Jiménez**

*Co-creadora nata. Autodidácta. Apasionada y Transcendental. Maestra y Aprendiz de la Vida. Humana (maravillosamente compleja e imperfecta). Además de ser Co-Creadora y entrenadora de Trascende. Soy Conferencista. Facilitadora y Escritora. Fundadora y Co-Creadora de Viletos-studios.com Directora de la Fundación Educándonos. Esposa de Leo y Mamá de Tomás.*  
*Mi experiencia como Asesora, Conferencista, Facilitadora, Docente, Coach de Vida, Familia, Maestros, Terapeutas y Equipos, respaldada por el estudio y aplicación de herramientas de desarrollo personal, pedagogía, didáctica y neurodisciplinas, (además de mi pasión por el proceso de enseñanza-aprendizaje) son parte de la materia prima con la que trabajaremos en este proceso.*



Aún no es claro por cuánto tiempo más debemos mantener el aislamiento social, y esto supone afrontar de nuevo la necesidad de convivir en confinamiento por un periodo indefinido, lo que trae consigo retos al interior de cada hogar, que pueden llegar a ser tan o más complejos que los que enfrentamos en el ámbito económico como sociedad.



## ¿Estamos listos como familia para este *déjà vu*?

El 2020 fue desafiante, si bien más para unos que para otros. Como adultos, algunos hemos vivido la disminución o la pérdida de oportunidades laborales e ingresos, la enfermedad e, incluso, la muerte... y sin importar lo anterior, tuvimos que repartir el tiempo y la energía para hacer *homeoffice*, atender la casa y convertirnos en profesores de nuestros hijos. De otra parte, para aquellos que, debido a la pandemia, generaron nuevas fuentes de ingresos o tuvieron más demanda de trabajo el panorama no ha sido más alentador, porque pese a que la nueva situación tuvo consecuencias positivas en el aspecto económico, también generó grandes impactos en la salud y la convivencia al interior del hogar.

Para los más pequeños, perder la oportunidad de interactuar y jugar al aire libre con otros niños de su edad, en una época fundamental para su desarrollo, mientras veían a sus papás más tiempo en casa sin que eso les garantizara su dedicación, representó el aumento de los llamados berrinches y comportamientos inadecuados que, con seguridad, reclamaban —y lo siguen haciendo— de sus padres un porcentaje igual —o superior, “si les decimos que a ellos los amamos por encima de todo” —al acostumbrado de atención y energía para jugar y compartir con ellos.

Esta situación afectó también su motivación frente a las propuestas académicas, pese a los muchos esfuerzos de los maestros y las instituciones; y eso contando sólo a los chicos que resonaron con la educación virtual, ya que hay muchos casos en los que, definitivamente, las familias se vieron forzadas a la desescolarización.

“Sabemos que es lo mejor para ellos”



En el caso de los adolescentes, ser privados, en gran medida, de sus grupos de referencia —que en esta etapa son sus amigos y no sus padres—, ver disminuidas las oportunidades de poner a prueba sus capacidades sociales y cognitivas e, incluso, tener limitadas las posibilidades de vivir sus primeros acercamientos al amor de una manera natural e inocente —sin tener que preocuparnos por todo lo que pueden encontrar en internet y que no están listos para ver o hacer—, además de carecer de todas aquellas experiencias que contribuyen a desarrollar su identidad y sentido de vida, les da la oportunidad de juzgar ahora más que nunca si quieren seguir nuestros consejos —y órdenes—, porque **les demostramos que “sabemos que es lo mejor para ellos”, dándoles ejemplo de cómo estamos logrando lo mejor para nosotros mismos.** Y todo esto sucede mientras nos ven “lidiando” con la situación como podemos: nos perciben preocupados, cansados y malhumorados, en vez de estar felices y agradecidos —aunque probablemente, no es tu caso.

Así pues, en perspectiva, al lado de todo esto, ¿estaremos dando la importancia pertinente a las materias, años y tiempo escolar “perdido”? ¿Habremos valorado, de forma adecuada, lo que hemos aprendido **todos** este año —recuerda que TODO EL TIEMPO ESTAMOS APRENDIENDO? O bien, ¿el tema académico es otra razón para discutir y generar desconexión con nuestros hijos e incluso en pareja, al no estar de acuerdo en las prioridades o al no realizar la “tarea de educar” en equipo —cuando lo hay?

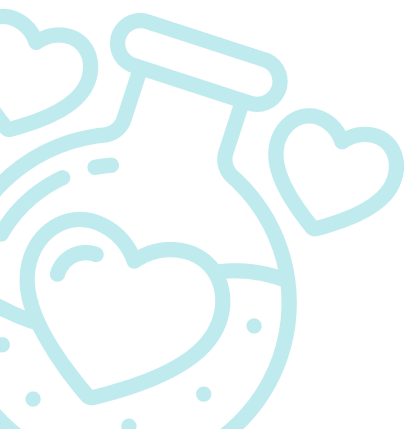


## “Nuestros hijos nos descubrieron”

En el tiempo de aislamiento estricto por la pandemia, muchas parejas se disolvieron, algunos padres sintieron que tenían “extraños” como hijos y, más que nunca, **los hijos vieron que sus madres o sus padres no son exactamente el dechado de amor, juegos, risas y virtudes con quienes quisieran pasar todo el día y, menos aún, aquellos a quienes obedecerán sin cuestionar, porque descubrieron que somos seres humanos imperfectos**, que nos cansamos, tenemos miedo y, sobre todo, que no siempre sabemos qué hacer o cómo hacer las cosas de la mejor manera. Un gran porcentaje de nuestro tiempo como padres estamos improvisando y reparando los errores que, de buena fe, cometemos, mientras procuramos ser adultos y profesionales responsables y, al tiempo, tratamos de sanar nuestras propias heridas de infancia.

Hago parte del grupo de madres que intenta hacer lo mejor a conciencia, pero aun con conocimientos, con experiencia previa de trabajo en casa y de homeschooling, con el padre colaborando, puedo contar muchos días de fracaso y tengo la sensación de que apenas pude pescar un poco de éxito, el cual, por lo general, estuvo asociado a momentos de paz, más allá de haber cumplido con el plan del mes, la semana... el día o de haberle dado check a mi lista de tareas. Lo digo desde hace un par de años, lo recalqué cuando inició el aislamiento hace casi un año y lo reitero con las pocas certezas con la que cuento hoy en día: **La paz en casa debe ser nuestra prioridad.**

Pero incluso creyendo esto con todo mi ser, teniendo experiencia con el homeschooling y con el trabajo en casa –trabajando en educación respetuosa–, **yo misma he sido presa de la ansiedad y la preocupación cuando pienso en el futuro de mi hijo y en lo que “debería” estar haciendo o lo que se supone que debería saber.**



Las luchas que más desgastan responden, por lo general, a que cedemos a la presión de los “deberías” que nos impone el sistema tradicional. **Buscamos de manera automática** (aparentemente incansable, pero no es cierto, sí estamos cansados, o por lo menos yo lo estoy) **responder a las exigencias de este sistema en el que vivimos e, ignorando lo que realmente se requiere,** condicionamos a nuestros hijos y amarramos nuestra relación con ellos y con las demás personas con las que convivimos a la forma y velocidad con la que ellos –los demás– responden a las exigencias de un sistema tradicional que, aunque lucha por adaptarse, aún deja por fuera elementos que son cruciales para mantener la paz en la convivencia familiar. Y esta última

es, en definitiva, la tierra fértil que se necesita para que prosperen las semillas de la innovación, la solución de problemas y todas las habilidades que demanda el mundo por venir.

Por ejemplo, en vez de que prime la entrega de una evidencia, haciendo tú como padre/madre la presión, los ajustes, la foto y el envío... **¿no sería más educador —para el largo plazo— que prime la autonomía y responsabilidad del educando —tu hijo—?** ¿Que se valore lo que puede hacer mientras está conectado en clase o que los envíos sean cosas que realmente estén a su alcance...? ¿O tal vez trabajar, aún más, en equipo con la escuela y sus maestros para acordar días y cantidades específicas de entregas?





Quizá sería mejor **darle prioridad a la cooperación y a la oportunidad de desarrollar el interés social**, además de aprender de medidas, tiempos proporciones, seguimiento de instrucciones y creatividad, entre otras, mientras se prepara una comida en familia, **en lugar de correr a hacerlo todo nosotros solos, como adultos, para que los quehaceres diarios se desarrollen de manera más rápida y “eficiente”**.

Otro asunto en el cual es posible repensarnos y crecer, **en lugar de ser presos de las luchas de poder**, son las ta-

reas cotidianas relacionadas con el aseo y la organización. Podemos permitir que cada miembro de la familia contribuya con estas labores. Aprender y sentirse parte del hogar no tiene precio, aunque para los perfeccionistas sea muy difícil comprender que “nadie hará las cosas exactamente como creemos que deberían hacerse” y que, quizá, haya que “sacrificar” un poco el grado de exigencia. Al poner en práctica esta propuesta es probable que empecemos a **comprender que nuestros hijos o nuestra pareja son seres individuales, distintos a nosotros, y que está bien que cada cual tenga sus ritmos y maneras de Ser y Hacer**.

Esta es una gran oportunidad para elegir nuestras batallas y, si quieres ir más allá, piensa si realmente deseas sentir que tu vida en familia es una batalla.

“Esta es una gran oportunidad para elegir nuestras batallas”

## Cambiamos la ansiedad por la presencia



Generamos ansiedad y preocupación por desconocer lo que puede traer el futuro. **Ir con nuestra mente a lugares que no existen y crear mundos** –que pueden no ser muy alentadores– nos pone en **modo reactivo o modo supervivencia**, y esto trae afectaciones en muchas áreas para nosotros y nuestro entorno. **El estrés termina afectando, mucho más que nuestra productividad**, la forma como nos relacionamos con los otros y, además, nuestra salud física también termina pagando esa factura.

**Nada nos prepara para la incertidumbre** y si algo nos trae el tiempo que viene por delante son grandes dosis de incertidumbre, que, si no manejamos de forma apropiada, terminarán disparando nuestros niveles de estrés, afectando de manera negativa nuestra calidad de vida, la calidad de las relaciones que tenemos y, por su-

puesto, nuestra productividad.

Indefectiblemente, **todo lo que pensamos y sentimos y la manera como afrontamos la vida constituyen el mayor ejemplo educativo y de vida que damos a nuestros hijos**, y este tiempo en confinamiento nos ha expuesto, con todas nuestras luces y sombras, ante los seres que son más importantes para nosotros, de manera que **no tenemos otra opción que abrazar nuestra imperfección con humildad** de la misma manera en la que debemos estar dispuestos a **abrazar la incertidumbre como una oportunidad para valorar el presente**, para hacer que cada día cuente como algo especial, para recordar qué es lo que más importa y qué mensaje, realmente, les estamos dejando a aquellos en manos de quién estará reconstruir el mundo que les heredaremos.

El gran laboratorio de vida que es la familia tiene otra oportunidad de revisar y ajustar sus prioridades y enfoques, además de generar planes de acción ajustados, que tengan como centro la paz y el bienestar, de la mano del respeto por nosotros mismos y por quienes nos rodean; y con **un ingrediente indispensable**: la capacidad de transformar los retos en oportunidades de aprendizaje y crecimiento.

No hay fórmula para el éxito familiar que esté cien por ciento garantizada. ¿Es probable que encontremos la clave al ritmo que comprobamos el funcionamiento de las vacunas y que se vaya logrando la inmunidad de rebaño? ¿O estaremos listos antes?

Creo que de eso tampoco hay certeza, pero les dejo el recordatorio de que **una de las medidas de éxito en las relaciones es la cantidad de risa que está presente en ellas**, de manera que, aunque el panorama luzca retador, el desafío más grande y que, quizá, sí está en nuestras manos resolver es encontrar maneras –mil y una– de reír y disfrutar de lo que disponemos, rodeados de aquellos que tenemos el privilegio de llamar familia, la que tenemos, aquella a quien le debemos el último de los tres abrazos que sí hay que dar en 2021.

Así las cosas, en 2021 debemos guardar el distanciamiento social, pero recordemos abrazar la imperfección con el mismo amor y confianza con la que hay que abrazar la incertidumbre... con gratitud por lo que es, por lo que hay... por aquellos con quienes estamos y por todo lo que somos.

